道次第文库系列23

菩提道次第广论修心法 四

宗喀巴大师　造
益西彭措堪布　讲授

免费结缘，非卖品，
禁止用作任何商业用途。

目录

依已如何修心之次第 …… 1
　于有暇身劝取心要 …… 1
　　正明暇满 …… 1
　　　闲暇 …… 8
　　　圆满 …… 21
　　思其义大 …… 52
　　思惟极难得 …… 144
如何取心要之理 …… 208
　于道总建立发决定解 …… 208
　　三士道中总摄一切至言之理 …… 208
　　显示由三士门如次引导之因相 …… 218
　　　显示何为由三士道引导之义 …… 218
　　　如是次第引导之因相 …… 226

今应显示，如前所说如理依止善知识之弟子，尊重应当如何引导之次第。

现在应当显示前面说的具足德行、如理依止善知识的善弟子，尊长应当怎样引导他趣入圆满佛道的修心次第。

以下就要开启本教授的修心法门。

第二、依已如何修心之次第分二：

一、于有暇身劝取心要

二、如何摄取心要之理

初中分三：

一、正明暇满

二、思其义大

三、思惟难得

依止善知识以后，修习、训练这个心离过增德的次第就叫道次第。它要依序进行，逐渐地从粗到细，逐层地离过引德，如同《陀罗尼自在王经》说的净治如意宝那样。具体来说就是三士道的修心次第，它的内涵十分圆满，含摄了大小、显密一切圣教的实修义，把圣言全部都现成了修心的教授。学人能依它训练自心就能渐次断除颠倒心，引出无颠倒心，使得善心善行逐步地发展，最终达到断证圆满，就是成就了菩提。

如何进入这个修心次第呢？它又分成两门，首先是对有暇身劝取心要。这个“劝”是自劝，也就是由他劝转为自劝，先是教法来劝应当如何取心要，之后就转到自心上，自己当老师劝自己。只有已经劝动了自心，以猛利的欲求取心要以后，那就用这样的心来摄取三士道的心要。

所以，本教授把暇满放在道前基础里，实际上是首先要生出取心要的欲乐。心随着个人的见解越来越增上的时候，就越来越能看到大义所在。如何取？就是日日夜夜都在自心上依法而行。这两个的次第是以前前引生后后，前者决定了后者的效果，所以必须要垫定好意乐的基础。修暇满就是要引发取心要欲，这个欲一起来，在三士道的任何行境当中、任何学法里，都开始取心要。他的心态已经变成学完一分法就马上要取到实义。假如没有取心要欲，那么即使整个三士道都讲完了，还是人法相隔八万里。

也就是所有的听闻都只是取知识，这样从初一取到十五，那就只学到一大堆知识。如果是换成取心要欲，那一闻思决定了，就马上开始听闻随转修心要。换句话说，从下士开始，它有一分一分的道法，知道是修心的教授以后，马上就用在自心上，不断地串习成这样的心，完成这一分离过证德，这就叫做取到了心要。把这一分一分都合起来，就会取到从现前到究竟的一切大义利，这样确实使得这个人身变成无比有意义。

打个比方，这个就相当于世间读书的立志，志没立，学不可成，德不可成。志没有立，所谓的学问、道德都没办法建立，自然就变成心外的事了。立了志以后就开始有志气，学任何的东西都非常用

心地把它放到自心上，会把它融汇到自心上面，变成自己心上的东西。这样就从他做小孩开始，一直到人生的顶峰，整个一路下去都有这个志愿摄持，由这个志愿不断地在取心要。反过来，如果没有志，那直到他生命结束都是无所事事，从来不会取心要，等同一个没心的人，无论有多少的法也不放在心上，只是口头的谈说。

所以我们一定要以修道的大志为轴心，首先要把这个志引出来。志在佛教里称为欲乐，这个欲乐会一级级上升，其实这个取心要欲发展到后面，比如断恶行善的欲、出离心的欲、菩提心的欲都是指它。通常说的“有道心”就是指发展出取心要欲，这个东西一出来了，那确实是日新又新的。

所以缘起上的起因十分重要，修菩提道不能急躁，它有一分一分决定的次第。首先着力把前面的善心引生出来，然后还要数数地加强。它起来了以后，缘起上一有了前因，到后面的时候都会起作用。到了下一步，又要把相应的心引出来，再数数地加强。就像这样一步一步的起，最后就会象烈火燃烧一般生起极大的心力。是这样发展的。这就像不可能一天吃完一年的饭，每天都得按时、按量、很均衡地摄入，它是从小孩的饮食开始一直吃到老。所以要做好一生修行的准备，所谓“大器晚成”，所谓“低处修持高处到，缓缓修持快快到”就是这个意思。

明白了它的重要性心思就要放在“于有暇身劝取心要”这一段的实修里。“劝取心要”四个字是修暇满的重点，“劝”是自己要不断地在内心的深处劝导自己。自心有很大的惰性，所以就应该像法王说的“常作自心之善师，一切所作当具义”。那怎么叫做善师？

当老师，教导他，你不教导他，不天天这么想，不这么对自己说，它是不肯动的。他是一个顽劣的小孩，或者说他已经患了麻痹症，得不断地在心里启发出自己的善心，这个叫劝。

在修暇满的三科里，最终都归到取心要，归到发展出取心要欲，也就是说先是要知道暇满的体性，其次要知道我现在已经有这个暇满了，要想一想它的义大和难得。义大包括现、竟两门，究竟上是怎么能成办解脱和成佛。解脱上又怎么能够发出离心、受别解脱律仪。成佛上面是怎么能发菩提心、发展出智悲。现时是怎么样能够成办增上生的色身、受用、眷属的圆满的因，这两门仔细思惟才知道人身的意义极其重大。

这样是要通过缘起看到，在具足八暇十满的因缘时，能把握机会将出现怎么样无量的利益，一旦认识，自己就不甘心错过，那时就出现了取心要的欲。

思惟难得就是从因果两门来思惟，这个所谓的暇满因上面难不难，果上面难不难。因上就要看到具足暇满的因非常困难，这是从整个六道有情的心上去看，善趣的有情真正能够具足善因的极少，基本上都是死后就下恶趣了；恶趣的有情是不断地受苦受折磨，死后也是多数就下去了。如果这一次我没有把握好，我下去了怎么办？所以这个非常难得，它只是给你一个短暂的时间，用好了你就能从中出去，没有利用它，就白白耗费，就又落到恶趣去了。

这个时候自己反复地、审慎地抉择，一直要思考这个生命的问题，这都是大问题，想了以后要重新立志，重新发展出这样一个取心要欲。一旦有了这个，那每天就不一样了，但是这个要经过多番

的思惟，一定要首先把它确立出来，一次不行，你就再来一次，反正反反复复一定要把这个志立出来。立完了以后，每天一起来就知道我不能行尸走肉一样地活着，我不能再把时间浪费在其它无意义的事情上面。一再地加强暇满难得、义大的观念，一再地加强珍惜人身的观念，让它成为自己心中不可分离的东西。一想起来的时候，那一种珍重感，那样一种对自己人身负责的心，一种不甘埋没、不甘浪费的心，那就确确实实比世间人的珍惜心还要强，世间人都知道“一寸光阴一寸金”、“莫等闲，白了少年头”。

所以，有这样的心起来了以后，就进入了三士道。所谓的“士”就是一心为道者，完全跟世俗的行为绝缘了，他再也不屑于做这种庸俗的事了，而且因果上特别地确认这完全是毁坏自己的。这样一确立了信念，到任何地方都能秉持这样的观念，不会同流合污的，任何时处都有个坚定的操守，任何时处他不会管别人的什么看法，他是必须要这样做的，这样就是真正修道人。最后发展的就跟古人一样，平常没有剪指甲的功夫，一心就要修法。或者像噶当大德说的“心依于法，法依于贫，贫依于死，死依于岩”，四依法贯彻在自心上的，那就是一心依法啊！其他非法的事怎么能做？其他浪费暇满的事是很罪过的，他是不肯的。那就跟金厄瓦一样了，一想起暇满难得，是不可能浪费一分一秒的，所以仲敦巴都说“你应该略微休息一下，身体也很重要”，他说“我一想起这个暇满就不愿意休息，这么难得啊！”所以他一生没有睡眠，念完了九亿不动佛心咒。

只要这样的善心能够起来，我们的每一天都不一样，但现在为

什么生命经常就在无意义中浪费？是因为我们根本还没有立志，没有出现这样的一个取心要欲，当然没有办法管束住无始以来的颠倒习气，当然就是还是这个恶心当家作主。人就喜欢舒服，随心所欲，找各种理由，看看球赛、看看春晚，或者看看报纸、上上网、打打游戏、了解一下新闻，他不觉得是罪过，或者是我们聊聊天、聚聚餐，这样哪里有什么法的气氛？这就是修道之初第一步就出了问题。

所以真正懂得教育的人，他在孩子入学以前，首先确立志愿，怎么确立志愿？就是不断地跟他讲古人的高尚品行，天天在他耳边灌输，这个孩子就不一样。反过来没经过教育的，心都是野的，都是随着烦恼习性转的，这样匆匆忙忙地进了学校，一读十年、二十年都是跑到外面去了，全都是做一些无意义的事，再怎么样读道德课本，他是根本不入心的，这样的话，有多大的差别啊？

真正立了一个为道的志气，自己要知道我现在是一个修道的人，是一个士，是一个一心为法的人。道和俗是天壤之别，这样他就真正有一个道心。他碰到什么都想学他身上的道德，学他的修行，学他的善心，他都在这上学的。没有这个，就是学了解得多、学驰逞口舌，所谓的知识面很广，所谓了解的很多，能说会道，或者很会表演、表现、很会组织、很会交际等等，这些东西全跑到外面去了，就是一念之差。

同样的，看一个传记，如果真正有道心，他看的眼光就是看我要学古人什么，他是怎么开悟的，看公案的时候要吸取到他的经验，他是怎么断恶行善的，他这个善是怎么做的。就真正学他这一点，

这样不断地去学，他的内涵就全部摄在三士道里，这个叫取心要。没有这个，那就是取皮壳，取表面功夫。

总的来说，暇满三科思惟的修法要达成的结果，就是在自心上发展出取心要欲，也就是修证菩提道的志愿。“有志者，事竟成”，有志者时时秉着这样一个高尚的大志愿，自然就表现不一样，心的摄取点不一样。什么东西一来了，他马上就观察，这个修行在哪里？而且怎么能在自心上做到。没有这一点，心就只是分别今天讲得很精彩，很多笑话，很有趣，蛮有意思的等等，跟着哈哈大笑，笑完了就没了，一出门就丢在脑后了，你看看哪里有取心要欲呢？任何一个法讲完了以后，根本连我要去修的心也发不起来，然后那个法过去了也不感觉恐慌，这都是不正常心态，久而久之，就成了一个很坚固的习性，非常难改。这不是一天养成的，这是从第一天坐进小学课堂就开始了。

尤其当今时代，道德课是最不受重视的，反而偏重于知识技能，所以人养成了这样的习性。学习的东西一来就侧重在怎么去推算，怎么去了解，怎么分析、组织、表达等等，或者怎么去发明创造、去创新，就没有听到说怎么来修心。小学里不谈，中学里不谈，大学里不谈，哪个地方也都不谈，到了佛教里虽然谈，但哪个肯做？但是如果没有按这个方式来取心要，那学这个道次第没有太大的意思，因为它本身是实修的教授，它要求学人马上转入到修心，而不只是做一种知识的了解。

初中分二：

一、闲暇

二、圆满

今初（闲暇）

首先我们要了解暇满的体性、义大、难得三方面的内容。这是一种听闻，了解以后，在自己心上不断地去想，把这个法义想透，直到没有丝毫怀疑，完全决定，这个叫思惟。不是决定了就完事了，决定了正式要修。要赚钱的人不会已经决定了赚钱方案，然后不去赚钱，那他决定那方案干什么呢？建筑师也不会已经决定了图纸，然后不盖房子，他只是喜欢设计，但从来不盖。他前面不断地构想设计以及决定，就是为了后面盖房子。一旦决定了，就开始动工真干，几个月高楼大厦就出来了。所以要赶紧听闻随转修心要，转换得越快越好，时光不等人，这是肯定的。

本论后面一再说到，暇满一读了就要立即进入修行。后面说了四科：你知道只有法有利益，就必须要修法。现在内因外缘都具足了，我能修。知道暇满是很难得的，现世就要修，不然这一生给空掉了，那不是白耗了？思惟死无常的时候，就感觉这个暇满很快就没了，可能今天就没了，所以我今天就要修。这四个定了以后，就要开始修了，不是说我等到全部读完了再来。明显已经说了，我们现在到这里已经给你定了，你自己也要定，定的是什么？现在就修。不是说所有都修得到，但是从起步开始这是能够修得到的，就开始修了，不要等，越等等一辈子都没有修的机会。

就跟小孩一上课堂的时候老师已经说了，今天就做作业，你不要说我全部都听完了，听到十年以后我再做，那连一个数学也做不出来，既不会写字，也不会发音，也不会算数，什么都不会，那成了什么呢？眼高手低，好像思想上的巨人、行动上的侏儒，今天的教育就成这个样子。所以我们不要走到这个偏差里。小学课就是你能做的东西，第一天上了课以后回去就可以去做了，这样边学边做一步一步上的。

同样，道次第就好像是小学、中学、大学一样，下士道一进入的时候，它是小学的程度，没有修不了的。那你说很难，难当然难，如果因为难就跟父母说：我不要读书，这个很难，天天逼着要算术，我算不来。那父母要打一顿的：你必须得算，不然的话你就是个文盲，什么出息也没有。这是什么原因？最开始是需要用功，但是真正你愿意用功了就会开始读，不都是这样读出来的。一旦克服了心里的难关，有志愿来推动就肯用功了。所以最开始取心要欲十分重要。因为没有志愿的话，现在修佛法基本是没人管，很少有人管，那就要靠自己。学校是因为有一种压力，学生就想不都说不学没前途吗，然后有各种的压力，逼得他就必须得去学。人如果随自己的习气，那最好是什么也不做，但是这样就荒废了人生。那现在该怎么办？首先这个暇满非常重要，暇满修好了，志愿强了，就开始自己劝自己，不然的话一辈子谁去管啊？谁能够管啊？谁天天在耳边督促啊？督促多了还不愿意听。就是这个样子。

我们首先就是要了解，然后就要思惟，再就是要实际地修心，而且从现在开始，每一部分都可以修，不是不可修，它是一个最初

步的修心课程。这就是自己要倍感庆幸：我已经入到了一个真正的修心取实义的道路上了，已经告别了过去纸上谈兵的状态，再不搞那些虚的。这样就开始感觉到要做一个修行人，从原来的学知识的心态，转到了修心的心态，原来是猎取知识，现在要取心要。

所谓暇满是从反面定义的，已经远离了八种无暇就叫做闲暇，它的内义就是自心有安闲能够去修法。首先从反面显示，什么样的情况是完全落在了无暇当中，那就是心里一刹那修法的机缘都没有。一定要从这里去体会，我已经得了闲暇，相比之下，在八无暇里一刹那修法的时机都没有，那好可怜。现在我一天二十四小时，一小时六十分，一分六十秒，只要珍惜每一刹那都能修，浪费实在是太罪过。不对比就不晓得现今的因缘是多么的殊胜、难得。如果真正懂了，那么后面博朵瓦讲的那个比喻，才能有所体会。如今真的能有这样一个庄严的雕房，那上面各种的庄严妙宝美不胜收，它具有多少的德相、多少的美好。不通过外面的譬喻，你不知道内心世界的事。因为它没有形色，是不容易体会的。透过比喻就知道，原来我已经到了宝洲，已经重获了这样神圣的修法的基地，在我心上处处都能闪现无数的功德妙宝，忆念忆念就出现这样的美好，太难得了！这是做梦吗？

这样人的心就不一样，不会浑浑噩噩。确实我们实在是太愚昧无知，我们的心实在是太颠倒，它就像一个浪荡子把祖先积累的家财浪掷一空，不知珍惜。同样，我们是无量劫以来辛勤地积资，才出现这样的机会，简直是昙花一现，忽然之间到了充满无量妙宝的宝洲里，随手就可以采摘各种各样的珍宝，但是却坐在那里根本不

动，之后空手而回，浪费了这样一个机会，那是太愚痴，实在是太愚痴！没有比这更愚痴、更颠倒。

所以这些就是一再地要打开这个明见真相的眼睛，一直看到当前机缘的难得，看到实现无上大义的因缘已经到了，这时自己策励发起心愿，再再地勉励自己，通过这样修心，绝对会达到跟古德一样。心里这么想、有这个观念，口里也会这么说，而且一想到浪费时间就很难过，极其珍惜每一分每一秒。这种珍惜就体现在你学习这样修心的教授，那就好像得到了无上的如意宝一样，实实在在地在自心上好好的去修。比得到一些世间的利益不知超出多少倍，这就开始有真正学法的心态，有了法器三相里的希求。不再只是像一个图画里的影子坐在那里，或者当今的各种论坛里的听众，听一听，认为讲得不错，听完回去，感觉这个周末还是很愉快，过得比较舒服，其余的什么也没有。那是个娱乐，不是为法，就是妄心、分别心想放逸一下，找一点乐子，是一种喜好五欲的习气，得到一种自我的满足，这是什么修法？什么修道人？根本是两回事。

我们再回来讲一讲闲暇，闲暇就是心里已经有了修法的自在了，有了机会。

如《摄功德宝》云：“由戒断诸畜趣体，及八无暇常得暇。”谓离八无暇即是其暇。

这是从反面定义，就像《般若摄颂》说：持戒断掉了畜生的身体以及八种无暇的身体，如今得到了恒时都能修法的闲暇，或者说

内心自由自在修法的福分，这是比任何人都有福气。你不要以为富豪、巨富、明星很有福，他们才没福，一点修法的机会也没有。所谓“洪福不如清福”，清福就是指他能清净地修法，这世上最高贵的人，怎么能不百倍珍惜啊？

离开了这八个无暇，就是得了闲暇。哪八种无暇呢？他们的可怜之处在哪里？总的来说就是不可能修法，生命在无意义中浪费了。有些是天天受苦而煎熬的，有些整天散逸，醉生梦死。有些处在一种空洞的状态，心和心识不现行，就跟一场酣睡一样。有一些就是生在不信之地、不信的时代，有一些身根有残缺，有一些内心有邪见。这都封堵了他的心，没有办法去认识修法。在他们的一生当中，要找三个刹那修法的心都找不到。为什么找不到？因为因缘难得，没得到的时候就是随着其它的因缘动，随着其它的因缘就给飘走了。常常说昙花一现，缘生可贵，因缘积聚的时候它就暂时显现一段，因缘一没了，甚至是百千万亿劫都不可能出现的。所以，我们在缘起上要倍加珍惜，不然确实是一种大的愚昧。

“常将有时想无时，莫待无时想有时”，你常常在有的时候要想没有的时候是什么样子，你不要等到没有的时候再想过去好可惜啊，那已经为时晚矣。所以有智慧的人就能够明见缘起，有非常深远的眼光，非常清楚自己的路该怎么走，他是步步爱惜，步步珍重。

我们要来看一看八种无暇是何等的苦难。

八无暇者，如《亲友书》云：“执邪倒见生旁生，饿鬼地狱无佛教，及生边地篾戾车，性为騃哑长寿天，于随一中受生已，名为八无

暇过患，离此诸过得闲暇，故当策励断生死。”

这个就是亲友书说的这样八种有情，人中四种，非人中四种，随便受生一种，就落在八难里面。“难”就是无有机缘修法，根本不出现修法的机缘，整个的生命处在黑暗当中，何等的可怜！现在我已经离了这八个难，得到这么充分的修法闲暇，连皇帝都要羡慕的。顺治皇帝出家偈里所谓“不如僧家半日闲”。一定要知道，现在是全日制的闲暇，怎么能这样大把大把地浪费，浪费一分钟等于是浪费多少两的黄金？这么浪费掉了，自己前世的资本就用尽了，到时候坐吃山空，那是太愚痴了。

比较一下就知道，八无暇里出现一刹那修法的心都是极困难的，有些甚至是在多少个劫里面，完全处在无修法状态，心全都是颠倒的、非法的，一点法的内涵都没有，三士道所摄的一分、一刹那的善心都没有的，绝对没有。但是我现在已经这么幸运得到了闲暇，那我要努力，要借这一次机会断掉生死。

此复若无四众游行，是谓边地。愚哑缺耳、断支节等，名根不具。妄执无有前世后世、业果、三宝，是邪见者。无佛出世，名无佛教。四中初二及最后者，不能了解应取应舍，第三不能信解正法。

如果是没有四众修行人游行的地方就叫做是边地。愚痴、聋哑、身体断了支节有残缺等等叫做根不具。心里妄执没有前后世、业果、三宝，这就是邪见。处在没有佛出世的时代，叫做无佛教。其中前

二种边地、根不具以及第四种无佛教，不能了解应取应舍，所以是无暇；第三持邪见者不能信解正法，所以是无暇。

这是人中的四种无暇，一个是指时代，生在一个没有佛的时代。一个时代来说，首先是以佛应运出世作为开启正法的开端，之后才有正法、像法、末法等法住世的时期。如果没有佛出世，那整个就是处在暗劫里，连一个法的句子都听不到，心里一个作意都没有，根本不晓得法是什么，这个好可怜！那个心全是颠倒的。

所以众生完全处在一种盲目的状态，在三有的险道里，就像一个精神发狂的瞎子，在三有的悬崖上奔走，一直在这样的险崖上。这种情况因为没有佛说法，连一点点的取舍都不知道，什么东西是颠倒的要舍掉，什么是不颠倒的要执取，心上应该是怎么样子来做，好的要学到，坏的要舍掉，一点都不懂，连法的句子都听不到，哪里会有修法的内涵呢？所以落在这样的无佛世的时代，这是旷大劫的时间的量，那就不晓得有多少劫在生死里沉浮，更多的是在恶趣当中，那确实是“佛不出世，万古如长夜”。我们一想，我现在是处在有佛出世的时期，没有落在八难里。

再从处所上来想一想，如果生到了边地，比如地球上某一个非洲的原始部落，那里一个修行人也没有，全部都是杀生、邪淫等等，做各种鄙漏、恶劣的行为，那好可怕！如果生到那里，那实在是不晓得过什么样的生活，那也就只是得了一个人身，很快就死掉，然后就堕恶趣，尽其一生连一刹那缘着法修行的机缘也没有的，连法这个字都听不到。我们现在身在中土，没有落在边地，处在四众弟子游行的地方，时时能看到修法的情况，时时在这样积聚了各种修

法因缘的环境里。所以，处在边地的时候，也是一点不知道取舍。

再说如果是根不具，或者痴呆、聋哑、残疾等等，那修法就有很大障碍。他已经是痴呆了，不能看得懂这个书，或者你好心要给他讲，但是他一点都没办法理解。如果是聋哑，就没办法听和说，这就很困难，连一个学习的机会也没有，哪里知道取舍？

再说心里如果有很大的邪见，妄执没有前后世、业果、三宝，那就没办法归依，也不可能趣入修法。这种人是自作障难，因为他不信，所以他根本不会去修，那得这样一个人身在一生当中连一次修法的心也不会有。

人中这四类就可以看到，完全是无暇。

三恶趣者，极难发生修法之心，设少生起，亦因苦逼不能修行。

如果落在恶趣里，那就是漫漫长夜，因为心识处在极大的痛苦当中，极难发生修法的心。即使能生起一两念，也因为苦的逼迫不堪能修行。

比度在自身上，譬如我如果每一刹那都被三百根尖锐的长予刺入身体，那我哪能修行呢？哪里能发生修法的心呢？那个时候人有很大的执著，一受苦的时候，完全就陷在苦的心境里。

又好比得了癌症，病发的时候，在床上不断地打滚，不能发生修法的心。或者已经沦为恶虎，每天都是在生存线上挣扎，饿得没办法安定，这个时候只想去寻找食物，哪里能生修法的心？或者被关进了劳改农场，天天都是在狱卒的驱使下做各种的劳力苦工，我

哪里能起修法的心？连一点自在也没有。

像这样去看三恶趣的苦难比这个要深重百千万倍，所以苦感实在太大，那种对身心的逼恼太强，所以几乎是没有一刹那起修法的心，即使偶尔现起一两念，也一下子就过去了。就好比人在发高烧，身体非常痛的时候，也会起一两念念佛的心，但是因为苦受太大，马上就又迷糊过去了。像这样都是一旦沦落了，那就真是一点点修法的机缘都难以出现，所以我们要珍惜当下的因缘。

有人会想：三恶趣当中很苦，那生到天上是不是很悠游自在的就能修法了呢？其实富贵学道难，生天是一种堕落，按照出世的佛法来看，一生到了天上，就处在一种享受和禅定的障难当中，那又如何讲呢？

长寿天者，《亲友书释》中说是无想及无色天，《八无暇论》中亦说常为欲事散乱诸欲界天。无想天者，《对法》中说，于第四静虑广果天中，处于一分如聚落外阿兰若处，除初生时及临没时，余心心所现行皆灭，任多大劫。无色圣人非是无暇，故是生彼诸异生类。以无善根修解脱道，故是无暇。恒散欲天，亦复如是，故说彼等亦名无暇。

长寿天是一个泛指词，就是指寿量非常漫长的天界。《亲友书释》里说是无想天和无色天，《八无暇论》里也说到长时在五欲中散乱的诸欲天。

下面次第解释，无想天就是指第四禅广果天里，有一处像城市

外的寂静处的那样的地方。受生者除了最初生的时候和临死的时候会起心念外，其它所有的时间都不会现起心和心所。这样住很多大劫。这是一种大的障难，就象动物冬眠那样。更糟糕的是，当初他以为这样不起心和心所的定是涅槃，以这种修法生到了无想天。那是什么念头也没有，常常比喻为冻在冰里的鱼，没有丝毫的动弹，就是一个心和心所都不起，修什么法呢？全都在无意义中空过。到了最后他的定力耗尽了，从定中起来，这个时候他会起邪见，他会诽谤佛法，然后就直接堕入恶趣。所以，走佛法的路一定循着佛的教导来做，一旦偏离了，跑到上界也是同样的法难。所以龙树菩萨说，到了上界天，实际就是等待堕落，就是无间地狱的薪柴。所以基本上上界的天人都处在这个障难当中。

无色界的情况除了无色圣人不是无暇外，其他受生的凡夫辈，处在无有法益的世间定当中，没有善根修解脱道，所以称为无暇。

这样遍观三界的情况才知道，自己得一个人身是多么可贵，享受是比不上天，还不断地有苦，但就修法来说，实在是极其珍妙。所以天人们快要死殁的时候，其他的天人都祈愿：“愿你能得到善妙人身。”就是因为它有最多的修法机会。

恒时散乱的欲天也是如此，这就像今天的富家子弟，整天就是在五欲里面享受，一点出离的心都发不起。就欲天来说，每个天子都有很多的天女，而且他享受的欲事，无论是饮食、声色、男女等等都是非常地高级，人浸泡在这里是根本不想修行的。所以在教典里说，那种贪欲是非常炽燃的，一生当中就是不断地在积累坏苦。欲天最终要死的时候，有非常大的衰灭的苦，他无法面对，心理上

落差太大了，所以临终七天的煎熬，确实是度日如年。他的死苦等于是地狱的苦。

像这样好不容易修了一点福，升到天上，不断地享受，就像做了一个虚幻的好梦一样，这里面没有任何的修法，结果好梦过后是恶梦，这些都叫做无暇或者八难。“难”是指修法的障难，“无暇”是指心里难以出现安闲。所以古人说“可以整心虑趣菩提唯是人道”，因为人能够调整好自己的心，处在修法状态。譬如我们现在的心就很容易住在修法上，但是其他的恶趣和天界，或者是苦太大，或者是处在凝固的庸俗定中，或者心散得一塌糊涂，没办法修证。就是散乱烦恼的力、贪欲的力太大了。

人由于是苦乐掺半，在因缘上是最适合修法的，很快就可以入在修法里。如果没有大的烦恼和恶行，人的心就能一天二十四小时分分秒秒不断地缘着法。而其他界里连一刹那起修法的心都困难，相差是太悬殊了，相差无量无数不可思议倍。这样一比较，我们才知道，人身是这么难得、这么宝贵。

学了暇满以后心里一直要引起我要取心要的欲。取心要就是要取三士道的心要，要取到实义。心里一直想：我要修法。每天以修法来度过，再也不愿意把时间浪费在非法里。这就是人已经首度开启了能明辨法和非法道路的眼睛，这个时候才明确做为人生命方向的所在。

这是在修三士道以前必须要确定的观念和志愿，这个一旦确立了，三士道的任何法类和它结合，就马上切合在自身上了，那是什么原因？哦，这是法啊，那是八难里恶趣、天一刹那也修不到的，

我现在能念念取，我是傻子吗？我已经懂了这个道理，我喝了迷魂汤吗？我怎么还不知道修啊？这样来责骂自己，或者我还在自欺吗？如果是对此无知，情有可原，已经明白了还这么做，那显然是在愚弄自己。要像这样不断地启发出这个心，让它发出上百次、上千次，之后我们就不会再颠倒而为了。

所谓的“一日之计在于晨，一年之计在于春”，一切修行之计在于思维暇满。起初的时候就要出现这个取心要欲，这个时候就已经让自己的心成为修士了，这个一完成了，就成了“士”了，那就是为道的人了，所谓“朝闻道，夕死可以”，“日行道，月行道，日日进道”，这就是为道的人。

如《亲友书释》云：“此八处中，以无闲暇修作善品，故名无暇。”

总的来说，这八种障难处没有闲暇修作善品，所以叫无暇。这个闲暇是内心修法的空间，内心修法的安闲。就人类来看，目前绝大多数都是无暇之人，因为他都是热忙人，不见有安闲的人，所以就修不了法。或者有内心的障、外在的障、业的障、苦的障好多，所以举世滔滔都是心力不堪。

那我们要检点：自己是否一天连安静下来几分钟都不可能，那非常危险。如果活在竞争中、追逐享受中、各种的散乱里，或者处在非常大的障难里，都属于无暇。相反每天心一直都转在法上，这就是有暇。有暇和无暇的比例就看自己的心，在一天当中也有，你就看出现多少个修法的闲暇。但现在很多人是自暴自弃，这是最大

的自欺和自我愚弄，他根本就不把人身当回事，这样大好的光阴，全部都浪掷在追求生死的娱乐上，什么看大片、上网、游玩、聊天、追求世间名利、搞吃喝等等，显然是非常地愚痴。

思维心中的法道

1、 思维“于有暇身劝取心要”的含义，从正反两方面思维“取心要欲”于整个道次第的作用。

2、 思维总的闲暇和无暇的含义。

3、 比较八无暇和闲暇，思维当前我们所得闲暇身的体性。

第二，圆满分二。

接着要谈十满，包括五自满和五他满，就是修法的内外因缘十分圆满。修法是要因缘和合才能显现的，因缘不具，那确实亿万年里也难以出现一刹那机会。很多众生陷在法难里，亿万劫里不得超脱，可见因缘有多难得！

有的人幸得人身，但是没有修法的因缘，很快就堕落，又回到了恶趣长年暗无天日的集中营，漫长得不见边际，而且一直陷在非法道里，从苦入苦。真正出现修法的圆满因缘确实比昙花一现还难。

我们一定要有很深远的眼光，人如果局限在很狭小的眼光里，他的立愿、行为就全部都缩小在一个现世的险道里，结果就只有毁灭自己。所以，道次第修心就是要把心拓展开，没有广阔的胸襟，没有这样的立愿，不可能成为大乘的修士。它能把一个目光如豆的人，开展成一个能够遍视到无量缘起，从中他会撷取最殊胜的道路、最有大义的道路。

现在来看看什么叫五自满、五他满？唯一要问的就是修法的因缘我具足吗？修法无非是依靠身、根、处所、意乐、信心。这些方面的缘具足了，就是自己方面修法的因素很圆满。属于他方的助缘上也要观察，能有力地助发我修法的因缘有多少。所谓成办离苦得乐只有靠正法，关键是法上的助缘非常地充分。自缘他缘都圆满了，那就知道现在就能修法。

懂了八暇十满，再去看它的义大、难得就会启发出取心要欲。再不像原来那样愚昧得连自己什么身份，当前什么最重要等都全然

不知。如果见解上愚昧，当然行为上就会十分错乱。真正修好了暇满，人的心已经纳入法道，这一关就过去了。这第一关最重要，后面一切都会修好。因为他心里只有一个心依于法，再不作别的活计了。就像读书，一旦确立了志愿，他心里就只有读书，其它都是次要的。如果没确立志愿，那他一级级学上去的时候，会不断地跑到别的地方去，影响到他的学习。而且他的心力没办法整合、凝聚，不能在一个着重点上切入，就导致无法成就。相反，再怎么样的人，“制心一处，无事不办”。因为他确立了一个坚固的志愿，所以他把一切心力都集中在这里，很快就能开出智慧的火花。

五自圆满者，如云：“人生中根具，业未倒信处。”

五自满，首先是得了人身，这是总的说。那得人身有什么好处？一看就知道人身是很宝贵的，有了这样一个器，就很容易修法，智慧、悲心都很容易运转。四脚著地的旁生就很困难了，乃至翻一本书、读一段等，做什么都极其困难。

我们只要看一看地球上当今时代科技的迅猛发展，就知道人的智力很强，不过他偏在物质的发展上。而动物界里就没有。再看有史以来多少仁人智士可歌可泣的传记，就知道人类是很容易发展情感的。从这里会出现忠孝仁义，会出现出世的求解脱心和菩提心。所以无论智和悲哪一分都是以人类最容易开发。所以我们要珍惜目前的机会，想一想如果堕在畜生里，那有多艰难！

目前不论我们要看什么、思维什么，在心上启发善心，只要把

握机会，事事都是可能的。虽然严格来说，也常常批评人的心就像石头一样，但是从好的方面来讲，还是能不断地起善心。从智慧上，人是有灵性的，非常深广的东西一听就能启发信解，心量可以拓展得很宽很开阔，一念缘想全法界也不困难。因为人智慧上很开通，所以很容易过关。然后悲天悯人，推己及人，这些只要好好去修，它会马上开展。透视缘起，只要经过诸佛的法理一带进去，逐渐就开了。之后就能受持律仪，问到哪一层都有堪能性，实在是太殊胜了！

好比过去的一个算盘跟现在的计算机，你会觉得计算机的运算能力增加了多少万倍，那是因为它在因缘组合上十分地精妙。就像这样，得到了人身，它确实是胜过亿万如意宝的极其精妙的修道工具，所以我们要百倍珍惜。它实在是超过了一切，比天身也好，比这个世上任何的高科技产物都要好无数倍。甚至人们都很赞赏的电脑，但它只能做一点物质上的事。只有人身能修道，这个要作切己的思维，你自己稍微一反观就明白。所以一到了人类上面，它离成道已经非常近了，这都不是偶然，是无量劫来积资的结果。它就好像昙花已经开了，又好像已经登上了火箭，只要一启动就能迅速升空。只有愚昧的人才不肯启动，等到最后机会没了，被驱赶出境，这时再没有上天的机会，一旦沦落，无时想有时，已经为时晚矣。

所以当前就是极好的机会，不能空过，一想到这里就要像金厄瓦一样，一想到人身难得，就不愿意睡觉浪费，已经到了念念珍重的地步。那就能使得全身心都投入修法，自己力求要在修法中度过，不愿意一个刹那用在非法里，不容许自己被懒惰、懈怠等的习气所

转。所以，现在摸摸自己的身体，这是一个如意宝，摸着自己的头，这是一个如意宝，因为对于那么广阔的法义、那么微妙的东西，一看就能领会，一看就触发善根，那我是傻吗？怎么能做这样最严重的浪费呢？我有这个机会了，现在就要立誓愿：我这一生就是要依于法，如噶当四依法一样，“心依于法，法依于贫，贫依于死，死依于岩”，那就是一个真正的为法之士。这个要确立起来。

那怎么度过？从早上一起来就是这个法，如果心不缘着法去学去修，那就完全没有意义了。这就是自身上面总的得到一个所依，就是修道最好的器。一般人得到了一辆劳斯莱斯，他很高兴，因为这是他奔驰的器，有了可以在高速路上飞飙。或者得到一台电脑他很高兴，因为他得了一个多功能高速的器。这些不足为贵，你要看我得到一个人身，我好好地用它。就像过去的人有一台彩电，就会好好用它，有什么好节目都要看，拼命地用这个电视，他会用的啊！这基于他知道这个的功能，而且自己都会这样说，我不用它才傻呢！买了就是要用它的。

但我们对于内的义非常蒙昧，修心教授就是要打开内在的路，要明见内在的因，它就叫内外道。我们是往内修心的人，我们不是着重外在的事物。你懂得那个电脑，你不懂人身，我懂得人身，我不必要太懂电脑。结果我知道这个才是真正的器，修道最好的器。现在已经得到它了，什么样的利益都能够成办的，什么样的利益它都能做的，那我就如法王上师所说“一切所作当具义”，用它去取各种各样的大义，这才叫做会用人身。

如果一台电脑放在那里不用，三年以后它已经坏掉了，人家就

会骂：你怎么这么傻？买了电脑放在那里，白白地废了。同样的道理，你怎么这么傻？得了人身宝，几十年就这么荒废了，最后它就坏了。跟机器一样，它有它的使用寿命，过了三五年就自动坏了。同样，人身也只有这么几十年，然后前面切掉，后面切掉，只有中间一段好用，结果在这一段里你根本不用它，那真正的智者就为你惋惜。

只要首先懂了“人”这个字，其后的事项基本上不教也都会的。万事开头难，这个开头指的就是透视到内在的道路。一个人内在的慧眼打开来了，它就真的见到了生命之路，以后他做的一切是别人看不懂的。现在明白了也很简单，但不明白相隔有千里。所以像我们使用语言的时候，马上你能看得出来，如果一个人的心在外部的语言上转，它肯定根本没入流。明了这个理，马上就知道，修行修心，走内在的路，走心上的路，修心上的法。就是这样念念地去走，一点都不偏到外面，这样你就不会把知识和教授脱开。一念的愚昧眼光就把教授看成了知识，一念修行的眼光知识就是教授。只要启开了见到法道的法眼，一切闻思全部转为修行，不会有什么脱节的问题。但现在为什么偏差这么难纠正？就是由于过去的邪执太大，一直在世间的邪法、非法的道里，串习十分坚固。一起什么都是外，什么样的意义价值全部都是外，碰到佛法也还是外，明明是教你修心的，但不会纳入进来，你看邪执有多重？

所以 “人”字一打开来了，我们过去讲印光大师的八个字来解人，其实它是一味的。那八个字是属于人伦的基础，也是法的意思。配在这里就要知道，人要做的是修士（三士道的修心之士），

这个内涵就是从五伦八德开始。一直到出世三士圣道三个要道——出离心、菩提心、无二慧。懂了这个才知道真正的人是什么。人已经发了为道的志愿，就给他一个名字叫士，或者道人、行者，都是一个意思。没有确立这个志愿，就叫他畜生，就叫他衣冠禽兽。或者是一个愚昧的人，是个俗人，是一个在外面流浪的人，不归正道的人，没有志愿的人，没有生命意义的人，这都是一个意思。

言生中者，谓能生于四众弟子所游之地。

第二个是处所问题。就是现在已经生在四众弟子游行的地方。这是因为有四众弟子的时候，在名言上有三宝的相，这个就叫中。中和边的区分就是物以类聚，那些地方是非法的心聚在一块，它出现的全是非法，所以它叫边。而中就是佛法兴盛之地，很多法的因缘汇聚在一起，这是由行者的心所感。

这样才知道，我是过去生发了好多愿，修了好多福，做了好多回向，一直是在法上积聚因缘，这一生我处在佛法中土。

我确实是在佛法中土，为什么呢？身边全是法的因缘。这样我的心一直都有条件缘着法不断地去闻思修，不断地作法行，这是十分地难得。这也要看所住之处的因缘极其圆满，这不能白白错过啊！

当前不去把握，到没有的时候就后悔了。因缘不是长久的，有一段就现一段，没了就不可能出现。顺缘过后是违缘，好日过后是坏日，忽然间障缘来了，被扔进了监狱。障碍重重的时候，想看一句法、听一句都不可能，没有这个机会。这样如果心缘不到法，那

是多么可怕啊！所以，趁着现在有就要百倍珍惜。

你自己内在要有一种愿驱使自己，现在把一日当两日作来用。就是你要想：我一天里面怎么尽量地珍惜时间，能不能作出两倍的事情来。就像一个人很难赚到钱，终于有机会在闹市区做点小生意，天天来店面上的人络绎不绝。这个地方是火车站旁边，人如潮涌，早晚都非常繁忙。他就想：我要一天当两天用。什么是当两天用？就是从早上五点钟就开门营业，到晚上十点钟关门。在这个中间不放弃任何一个机会。他的心就完全专注在这上了，结果他就一点不懈怠。那个时候他是真心地在把握，甚至吃饭的时候扒两口就可以了，不要漏掉顾客。如果一个大买主来了，他是绝不放过的，满脸殷勤，陪笑，很周到，很客气，等等，那是他为财的心。换一下，为法其实就应当是这样。

懂得目前自己处在修法气息很旺的地带，确实要把握一切摄取法财的机会，"常将一日当两日，莫待无时想有时"，唯有天天在法上珍重，死时才不后悔。

诸根具者，谓非騃哑，支节眼耳皆悉圆具。

再更切近地看到我的根身，诸根都十分圆满。这要在人中去比较其他的有障难者。也就是盲聋喑哑。

法是要通过世俗的法来引起胜义的法，世俗的法叫做名句文身，你一定要能听到它，看到它，说得来，它才会逐步在人的心中引起各种的观念，才能出现各种的道路。因为人很有灵性，观察智

和抉择力都很强，法只要稍作表示，马上就懂。旁生不行，它们会飞，或者有很大的力量，特别会奔跑，甚至嗅觉、视觉都很灵敏，但第六意识不行。

所以我们说的不好指人类发展第六意识成为极大的灾难，但是用好了，依靠第六意识很快就能成道。人的特点是第六意识相当发达，不用说佛法上，就是世间法上，人能够进行这么大的演算，能在物质里可以发现这种原理，出现了激光、飞机、火箭、卫星、网络等等。就发现人缘着世俗法的时候，是名句文身合在一起的，它是一个表示符号的教典，一个一个表示，人很容易就明白了，这该怎么做，这是在做什么？

怎么来明白呢？就是六根的根德很好。实际上是意识状态必须得透过六根来进行，眼睛一看，马上明白，耳朵一听，就知道这是在说什么，舌根一运转，它的心马上就起。

但是六根如果有障难，那就很可怜。如果是天生的哑巴、瞎子、痴呆症，那就完了。最开始首先要教字。所以文字的恩德很大，这是人类符合的规则，然后他已经串习成名义对应，之后就能进入教法。在教法里面一层一层的符号上，也是一次一次地引导。如果在最前因上就没有，那一切法就无法开启，根本不晓得取舍处。

以哑巴来说，他是天生的哑巴，他就对符号系统没办法进入，也就是教法没有缘进来，第六意识运转不起来，这就完全障蔽住了。虽然得一个人身，也不过就是活几十年就完了，他的心的功能力起不来。但是如果根具足，符号系统以自己过去的福德力、善根力、抉择力，他马上就转起，发起意乐行为。这个时候人身有很大向上

走的力量，快的话一生就可以成佛。因为那个根的力量太大了，任何法一过来的时候，引心的力量很大，这个心就开始不断地除过引德，或者说就切入到越来越深的层面，然后法一来了他能相应，能起心能转入，这是不得了。

所以懂了这一点，那是比外在的电脑高级无数倍。今天一个电脑扔到地上，这个上万块钱的电脑一下子给搞碎，你会百般叹惜。这个人身比它殊胜无数倍，但我们不认为荒废人身有什么罪过。如果真懂了，那在一切法里面你最珍惜的是人身，最会养护它、运用它、利用它，这样你的一切就全部转入法道了。这就是你有一只眼睛，这只眼睛非常厉害，因为它看到这个人身跟电脑有无数倍的差距，所以它根本不看重其他，唯一看重人身，它的那种小心翼翼全部用在人身上。

很多人是由于眼光太呆，比如一般的妇女就认为房子很重要，所以她会在这小心翼翼，每个细节上她都抹一抹、搞一搞，装潢装潢，天天都搞。什么原因呢？她看重这个，不可能不搞。有些人看重脸面，他只看重表面，所以她天天照镜子，不断地去修饰，她认为这个最重要。所以都不入法，善根欠缺的缘故，怎么欠缺？就是打不开内在的欣厌，看不到内在的道路。所以人的智力有很大差别。

内在的道路叫做法的道路。我们现在做这种启发，自己要发悟，这一下子你的生命方向就会有一个完全的转变，心就会一向执持在法上面。这必须要有高倍的显微镜去看，尤其现代的人因为其它的东西在他心上份量很重，所以你必须拉开距离，在你的心上首先把人身判定成比它要强过无数倍，这个时候才能舍掉它。否则，那个

粘持的力量很大，不这样讲的话，人都是懵的。

刚才已经讲到了，就是在《瑜伽师地论》讲了一个世俗正法和一个胜义正法。原来世俗正法叫名句文身，必须要透过它作为方便才能出现方便生。那个符号系统只有人是最敏感的，一遇到马上他的心就能领会到离言之义，能领会符号所指之义，这个就必须要有根。没有根或者根不圆满就不行啊！

如果是生盲，天生就是瞎子，那看不到文字，这个就难了。当然也有某些有宿慧的事，那是极少。一般由于是生盲，不知道字是怎么写的，然后也没办法作表示传，只能用声音，这个也非常困难。

以上的情况是意识的门被堵住了，结果教法无法传入，引导没办法进行，中间给隔断了。另外就是意识上的障难，是意识的主体上出了问题，这是过去的恶业的障难。也表现成两种，一种是狂乱，就是恶业搅动的量太大，使得他心识分裂。处在心识狂乱的时候，一刹那也没办法正常地运行。另外一种是呆子，也就是恶业蒙蔽的力量太深，处在愚蒙不灵的状态，这就叫做痴呆。痴呆就连很简单的意思也不明白，在人类当中都是有障碍的。

我们再看，现在总体上得了人身，你观察自己：六根上面能不能缘着法运行？法来了以后，能不能很快就出现心上的领悟、行为上的转变？这是关键。如果已经确认到这里，就明白，我的根很具足，根是能出现各种修法的心的所依。修法要出现各种心，不出现心你没办法进去的，那心又怎么出来呢？它要靠根，就像万物生长靠根，有了根，根很好，长得蓬蓬勃勃，郁郁葱葱，一切枝叶花果都可以从根生长。有了六根，那我的法身慧命就容易生长。

已经知道了根这么好，你就要好好用啊，不用的话，到死了不就是白费了吗？就跟我刚才说的，电脑放在那里不用，过了三年，说是已经给冻得出问题了，那就叫做耗费，是无价值的浪费。

所以懂了这一点，不能处在茫然、庸俗的不动状态，那样叫浪费人身。现前的起步上就要让它运行，而且在法的道路上要让它尽可能高速运行，连续运行。这不像其它的东西，法上的旋转运动还不一样。其它的东西用多了就耗损了，就功能退化，机能衰损。但是人修法会越来越好，它会越来越增长，而且增长得越来越大，你就更加地有取心要欲。法修得好，人方方面面都日有进益，天天都不一样。这样用起来，逐渐地除障、进德，由此它的机能会更加提升，提升以后，就更有力量趋入，福德智慧越来越宏大广博，那就真正走上了内在的安乐之路了。

为什么叫做共下、共中呢？因为它有一种辗转提升的力量，而且提升的力量越来越大。这就是利用人身的这个火种一点燃的时候，最终能够燃烧旷野。最开始就心上要启发出善心的火，这是最重要的，一点启发出来了，就让它不断地烧，不要去遮挡它，它会越烧越旺、越烧越延续。这个修心的路上不断地在盛燃，人生就真正是实现了大义，跟没有进入这一条内心道路的人相比，相差无数倍。

那些完全是浪费，因为人生没有对准这个缘起点起用，反而由第六意识的发达，不断地起各种邪分别，各种邪谬的见解、行为，那种自以为是，那种放肆、张狂，那样一种无所忌惮，那样一种迅猛发展恶业的力量，那到时候他就越来越被恶心的力量所困。那个

是一个萎缩的方向、是一个衰灭的方向，是一个中毒自我毁灭的方向，那个也非常地快，所以人经不起几次的罪业、狂乱就崩溃，从此永失人身，彻底地陷落。所以我们在这个生命之途上一定要辨认方向，要善加把握。古德都说“珍重珍重”，就是这个意思，这个珍重就是每天都要好好地发善心，好好地提醒自己，一心走这条法的道路。

反过来现在就知道，我确实诸根的力用很具足，修法的功能很大。然后就提醒自己，眼睛千万不要去看那些非法的东西。它不属于法的正道，不属于法，一染上了以后全部都是在自我毁灭的因缘当中。其余诸根也是如此，所以我们现在就规定自己的六根全用在法上。就像过去的大德，他们有一心为法的心，他要求自己从来不说世间的话，要说就全是佛法。以此类推，我们要知道，我的耳朵不听非法的，眼睛不看非法的，口不说非法的，心不缘非法的，身体不做非法的，鼻不嗅非法的。这就是孔子四勿的再生法、再扩展，“非礼勿视、非礼勿言、非礼勿听、非礼勿行”。你守住四勿，进一步守住六勿，就是现在是佛法谈，这就是一种佛法的指示。从此以后就会善自为之，所谓“途中善为”，在修行之途上好好地善待自己吧！好好地去撷取大义，这也就是法王如意宝说的“常作自心之善师，一切所作当具义”。

业未倒者，谓未自作或教他作无间之罪。

业未倒是指业行上没有自己造，或者教他造无间罪。因为它太

强了，一旦造了这么重的罪，就没办法成道了。由于业的势力太大的时候，已经过了量了，就没办法翻转，所以不能造重罪。稍微一点点，还有挽救的机会，太重了就不行。就像人生病，已经是重病沉疴到了晚期，不可救药，那就完了。平时一点小病，胃痛等不至于成为致命伤。但是已经到了癌症晚期，只能躺在床上，就恢复不了了，连站起来也不可能。

现在就要知道，我没造那么重的罪，在修法上我还堪能，它没有很强的罪业力蒙蔽我的心，丝毫不能动弹，丝毫都没办法起来，那是很可悲的。

当然这里说到的是无间罪，依此类推，就是杀盗淫等的罪没有造太多。所以有些沦落很深，无力自拔就属于这种业障已经颠倒，他已经翻了个个。起先就已经告诉你不能造恶啊，勿以恶小而为之啊，但是不听，到了量的时候，积重难返，这个人就彻底地沦陷了。业是有一定量的，过了量就挽救不了，或者不可能成就。

所以我们在这方面要自爱、自重，也就是在自己的心上面、行为上面不要蒙上污点。很珍惜这个洁白的心地，就像一张白纸它能够随意地画出美丽的图案。很清净的心上、行为上面，能绘出佛法无量的庄严，这就是真正地自重自爱，不愿意起恶心、恶行，染污心地。心越洁白越好，行为越端正越好，它是修道的资本。过去古人为什么一下子能够开悟，很快能开悟成道？就是因为他心地纯朴，业障很轻。今天的人为什么难以成道？就是因为业很重，心上的染污很重。这样明白以后，那就是我不是傻瓜，我天天进入那种染污场所，天天受那种邪毒的侵损，如果我这样狂乱惯了，造业多

了，那我就没办法修行。这个时候就要百倍珍惜，一直要善护自己的行为，就是所谓“善护念”。

目前看起来，我的眼没颠倒，没倒个个，真正倒了个个，那已经是邪恶成性的人，没办法了。他自己也说：我也明明知道不好，但是无法回头了。像这样才知道，原来现在业没颠倒，在自己的心上可以很圆满的修行，在这个时候不要浪费。因为人很难说，前半生还是个好人，后半生就成坏人了，多少人从前都是所谓的楷模、佼佼者，后来就腐化堕落了。所以趁着现在自己没有颠倒，好好地修。要知道人生是说不清的，今天我很正常，我应当修法。

信依处者，谓信毘奈耶是世出世一切白法所生之处。毘奈耶者，此通三藏。

毗奈耶是三藏，其实它指的就是法，这里依处就是法，它是世间出世间一切白法的出生所依处。它是白法的来源，白法的根、生处、来源，法是何其地圣妙啊！关键你要懂法，真正已经开了眼了，知道这个上面的法道，他非常明白一切都是法来的。

在我们最开始讲四殊胜的时候，已经再三说过这个问题了，如果那个时候已经理解了，现在就很明白，佛说的法道是真正的一切世间出世间所有白法的生处，为什么呢？那是真正看见了缘起的法则，这个缘起是在自心上，合到了缘起的法道，一分一分地顺着这个教法去做。这么一想，这么一念，这么一做，它就好了，那么一想，那么一做，就出苦恼。所以全部都要依止佛的法道，它就是在

缘起上透视了离苦得乐的道，而且遍一切分，所以佛说的法确实是所有白法的生处。

这里用三藏来表示，它是表示佛的圣教，对这个得了胜解就是真正的信心。最后一个就落在根本上，我们从开始总体的人说到他的处所，再到根身，再到他的行为，再找到它的最根源处就是这个信心，而这个信心不是别的，就是对法的信心。

我一再地说，能不能成为法道上的人，就看你有没有了解法，有没有看到内在的法道，有没有看到全是从这个法里头出现白法，出现一切的义利。懂了这一点你才知道，原来关键是我的信心，有了信心就像有手，在这个宝洲里可以撷取到任何的珍宝，这个时候你就成了念念行法的人了。

所以，我们说所谓的修士也就是修持道的行者，其实他就是一心在法上走的人。为什么会有这样的心？就是他已经开了信心，已经有了信心的眼睛，这个上面是很大的。大到什么程度呢？一开始就跟你说了，整个一个圆满的法藏，小大密三者一贯体系的成佛道路。它就是通过世尊的一代时教来作表示，而这个教法来源于佛彻底地见到了缘起的道，彻知任何一分是怎么样的乐因乐果、苦因苦果，全部都无余照见。所以一定要懂得道次第的巧妙，这一点上一点开，整个的大法藏就会通透开来，那个广目就打开了，所以要知道它是一以贯之的。

本论最开始在解释圣教的时候引用的是《般若灯释》，然后说到圣教的时候也是从圆满的法藏来说的。这是为什么呢？因为建立这样一个完整的菩提道，必须要睁开这个眼睛。之后你走的是智者

欢喜道，它是叫圆满的教授，也就是一条圆满的法的道路。一开始宗大师就一直在说这个问题，有四种偏差导致人没办法入这个道，但是一旦能够把这个道路开出来，自己的心确实已经开启了内在见地的门，这个时候就恍然明白，清清楚楚。这以后你就开始，无论哪个方面，取心要欲是这样，归依是这样，任何一个环节上都是由这个来作总摄持。所以这样才知道，人身能有这个信心它是真正的圆满，所以前面说了五个圆满，最终要透到这一个圆满。

你要看到，现在学道次第，这回真的是快要生出圆满的信心了。也就是现在对一切佛的法都这么认为的。那就有信心我一辈子就是走这个路，我每一天就是在这个法上面，依着它来取心要。不然取心要如何取啊，就是要看到它的依处，心就依这上面，这才叫做心依于法，才有这种誓愿和行动。

他是自己的心完全打开来了，一种坚固的誓言的力量来走这个路，这个路就是内的法道。从这里你就变成一个修士了，修心之士、修法之士、为道之士。所以一开始一定要确立这样的志愿，一定要通过内在的抉择慧眼打开见解，然后行为是非常容易的。所谓的立誓、策励等自己都开始会了，但过去为什么不会呢？为什么行为上迟钝呢？因为他的见解被封闭了，没有打开。可能左听听、右听听有一知半解，但那是十分肤浅的。真正得到了见解时，是豁然开朗，好像好大的困惑一下子没了，非常清楚的路已经现在眼前了。一定要有这种状态，不然这个心就变动不了。而且它是一种爆炸式的，全面的就开张了。这不是一小点点，稍微地放一点，融了两点冰，其它全部都是封住的，那心上怎么会有猛厉变动呢？这个不变，哪

里会有行为上的全心趣入呢？那就变得太慢，根本不到量。在根源上面都没有那种猛厉的心，行为上根本就叫抱桩摇橹，怎么也不可能前进啊！怎么也不可能往里走啊！因为他里面的障碍力很大，这时候如果不打开见解，心里头根本不点头，肯这样走吗？那是不行的。

所以现在目前关键要知道，这个里面有这么大的意思，不断地有一种小爆炸，不但有小爆炸，最后到大爆炸，没爆炸那不痛不痒的没有用。这样才知道，这个就是我的依处，这就是我一切利乐的依处、利乐的根本，我现在靠定它了，不靠着它我没前途，我现在就一心要靠定它，我一心就是要靠着法。

就像一个人说，这个靠山我一定要靠着它，靠着他就有希望，不然我就完了。因为他信这个靠山，认为他代表一切，就一心跟着他走，一切行为全部围绕它。其实就归依来说，最根本是归依法，跟这儿说的是一回事。这个有了，那就真正由衷地会说，“心依于法，法依于贫，贫依于死，死依于岩”，我这一生就是依着法。

不懂的人就认为很奇怪，这是什么话，有点太不可思议了。其实有什么不可思议呢？你看女人找到一个好男人，她会说我一生都要依靠你，你是我一生的依靠处。因为她认为这个男人很好，依靠他一生的幸福就有着落了。这是外法。有些人说我要依这个职业，这个很好，很有发展前途，所以我不能够离开这个的。但是内在的东西看不到，所以在这一点上，现在又要用再再审视的眼光，要看到这两者有着百千万亿倍的差距，之后抛开外法等，其它的非法全部扔到一边去。过去其它的非法占据了你的空间，意识里面好多杂

乱的东西充斥在里面，正法只占非常小的一点点。现在开始，要把这个法的地位恢复到百分之百，恢复到无量大。要纠正我们的眼光，看到其他的东西本来没有意义，这么一来心中就唯一只有法了，没有其它的。

意识深层上首先需要做的事就是做解读工作，纠偏，解错觉。错觉不解，就发生一种，怎么能只有佛法呢？不行啊，还有很多东西要跟佛法并列的。他这样说其实他把佛法放在很小的位置。

在起心的时候，对其他法是非常有意乐，有冲动，有求取的欲乐。这样的人还是需要在前面好好地进行见解上的解读，根本还没有入修士，还没有入流。没有前面的取心要欲，就不要谈什么取心要，这种人不可能一开始乱修一气的，他再怎么样说都是没有的，道次第就是这样地确定。正因为如此，所以从下一直学到上面就全部都是取知识，这是可以给你预言的。因为一开始决定的志都没有立起来，这种决然判定的眼光都没出来。根本不知道生命的方向，根本不知道这条路，所以在取舍上乱成一团。正面的东西没出来，所以各种杂染是相当地强劲，而且还在不断地吸收、不断地运作。也就是过去心中的这种软件系统没有被摧坏，它还在不断地运行。无论外面披着怎么样的外衣，它还是在里面运行，检查起来其实就是它的力量大。如果一直处在这样一种状态，没有一步一步修整的话，这个问题太大了。它又会出现各种修行的畸形、紊乱、各种掺杂的相。你用显微镜去透视它的时候，你能看到百分之九十九都是邪机制在运行，百分之一若有若无。有些现在还只是半边人，有的时候有点法，半边在非法，不断地在两头转。这是怎么造成的？其

实还是基于人自身上的缘起。

当今的情况来看，因为人在近二十年里已经输入了一个摄取知识的机制，这个东西没有把它遣除的时候，它一到了佛法里头他这个东西自然运行。你就会发现，你不是说已经是学佛了多少年吗？你看看这个都是老修了，但是用显微镜一看，这个老修不得了，他里头的机制是摆得很好的，他还在刹那不断地运行，这台老机器很好啊，一直经久不衰，混到佛教里头还是在那儿运转，但是佛教里的新机制他没有植入。就是说前面的见解没确立的时候，没有真正把原来的东西扫除、清空、破掉，彻底地铲除，所以修行机制没运转。他的眼睛还没矫正，眼睛一矫正，什么法一来了，就已经知道是在教我修心，一思维就知道该怎么修心，一决定他就知道我现在要修心，然后我要走内的道路。

整个这一套的程序机制没建立，没建立就不会运转，建立得不深，没有组建到量，不可能持续运行。所以这事情马虎不得，一开始就要起，起了之后把它所有的部件全部都要配好，而且全部完备能够正常组装。而且要把其它的机制全部清空，一个一个把它破掉，破掉了以后还看破得彻底吗？是不是已经把它给打死了？死掉了之后是不是把它扔掉了？真正完成了以后，他就进入了正常的运行了。这个时候人就只走法的道路，只是在法上运行，没有别的，所以叫做“工欲善其事，必先利其器”，就是这个道理。

这也是宗大师为什么把修取心要欲放在三士道的最前面，这个不确立，下面一切都将会落空。我们也正是在这上面没有好好地修，各种各样的法迫不急待地去抓，心它就抓知识。一碰到什么就成了

外在的抉择和辩论，这个那个的都知道，思维的时候就感觉像在研究所里搞科研。无论学多少，都丝毫不见在讲什么修行，更不会转在心上修持。

这是今天一个最大的问题。人们的眼睛越来越被蒙蔽了，见不到法和非法决然的差别。因为见不到，他就一直缘在非法上面运转。这个心没办法收，没办法立定，没办法专注。心力都没办法整顿，那怎么能趣菩提呢？所以我们现在要看到，现在我十分幸运，因为已经信了依处，我的依靠处就是法，所以我归依的时候很肯定，我唯一以法为道路，绝不依止其它的，不言其余，连说话都不会去说。这个就是圆满当中的最关键的，有了这个确实我真正是个有缘的人，我在法上是有缘。这样就觉得我绝不能空过，我绝不辜负此生。再进一步我绝不辜负今天，不辜负此时。今天好不容易百年一饭，能够摄取到法，能够心缘到法修，我怎么能失坏这个机会，这样的话，你就开始有了珍惜的心了，珍惜其实就是珍惜法不是别的。你有珍惜法，那你的闻思修就根本不一样了，它一切都要在一种敬法、尊法、依法的心态上进行的，法已经占据了第一位。在任何情况下，在面临抉择的时候不可能去牺牲法，到底现在是要修法吗还是看电视，这不是很明白吗？我怎么会那么傻呢！在面临着该选取什么的时候十分决定，只要有一念修法的机会我就要争取。

此五属于自身所摄，是修法缘，故名自满。

这五个就是自身所摄的，它是修法的因缘或叫条件，所以叫自

圆满。

这就是自己的修法的因缘很圆满，从五个方面不断地去想，很容易起心。不断地去想，就很明白，我现在具足修法的因缘，那应当何去何从，怎么度诸昼夜啊？就一直要想生命道路的问题，而生命的道路就是法的道路，这一点明确了，那昼夜都要在修法中度过，而且立誓一生都依于法，这样自然就转入了取心要欲。

五他圆满者，如云：“佛降说正法，教住随教转，有他具悲愍。”

五他圆满就是修法的他方助缘很圆满，就像《亲友书》说的，有佛出世、说正法、教法住世、法住随转以及有他人悲愍护持。

言佛降世或出世者，谓经三大阿僧祇劫积集资粮，坐菩提座现正等觉。

佛降世或者出兴于世，就是经过了三大阿僧祇劫积集福慧资粮，到了因圆果满的时候就在菩提座上现前了正等觉。

一切法的根源是世尊正等觉，而这是十分地不容易，如同昙花一现，多少劫都是在无佛的时期。教主佛的降生就意味着一代佛法的开启，这是三大阿僧祇劫圆集资粮的结果。只有这么圆满的因才示现这么圆满的果，也才具有能为一切众生宣说能满足所有希愿的圣法。所以这是极其圆满的事，如果不懂得极其深远的缘起事件，就不会认识到它的殊胜。当我们认识到这一点，就会至心地归依佛

为导师，而且以佛所说的法为道路，以僧伽为伴侣，这样一心地走一条学法的路。

说正法者，谓若佛陀或彼声闻宣说正法。

如果佛出世不说法，那么众生也不能得利益，而佛以及佛的声闻弟子都是为了开启利乐之门，为众生宣说了极其圆满的法藏。而这个法藏直到今天还没有隐没，小大、显密的一切法都能够看到、受持到。所以这是极其殊胜的因缘。

如果没有教法，我们就像瞎子一样，不知道怎么走这条心上的法道。教法就如同指南针，指明了所有的离苦得乐的道路。懂了这一点才知道这是极其圆满的助缘，因为得到佛的圣言的指导，就是说它是由于一尊佛出世，宣说了极完备的法藏。我们只要顺着大师佛的指导，就完全能够走向从现前到究竟的直接引向成佛的道路。假如人们没有遇到这个法藏，他走的是那么险恶、崎曲、颠倒的道路，就是因为没有遇到正法的缘故。

教法住世者，谓从成佛乃至未示入般涅槃，胜义正法可现修证，未坏灭故。

这里的“世”是指众生的心，是指补特伽罗的内心。

教法是导师指示的一个修心的道路，或者是一张地图，或者是一种文字的诠示，它要产生除过引德的证德。依着教法的所诠已经

在心中修证出现了，就叫做法教住在补特伽罗的心中，这是住世的涵义。

单就佛世来说，就是在佛示现成道，直到没有入涅槃之间，当时是非常兴盛，所以很多人都现证佛法。也就是处在胜义证法可以现前修证而没有坏灭的阶段。

由于证法有世俗和胜义两种，世俗圣法其实就是名、句、文身的教法，它起到指示的作用。胜义证法就是在心中现证了无漏的圣道，包括无漏的根、力、觉支、道支等。也就是佛法所说的，在自心前现证到了，这是就佛世来说有很多现证的圣者。

紧接着就有后面法住随转，也就是这样的法教住在心续中的圣者，能够观机施教，使得其他人也都随着这个圣教而转。如果没有现证的圣者，光有教典，众生就不知道怎么来实修实证。就好比有一个医王宣说了一部医学圣典，这个圣典已经有传持者在心中通达，之后这个传持者能够带徒弟，徒弟跟着他的教授教诫能看懂这个医书，而且依着要诀来修，这就是继承的关系。相反，如果光是有医王宣说了医典，但是没有出现现证它的人，没有出现书上说的这个法在自己心中现证的人，那么其他的人看这个还是难以进入，他不晓得该怎么做。

所以，在教法的传续上一定是以具有证正法的人对于具根器者随转教授教诫，带着他进入实际的修证。不然那个人只是看到了一个书，一张地图，他就很难趣入修证。就像一般人学医，如果没有师父带，光看书很难实证。所以，在他缘上要有圆满的因缘，这也就是为什么依止善知识重要的道理。

法住随转者，谓即如是证正法者，了知有力能证如是正法众生，即如所证，随转随顺教授教诫。

“法住随转”拆开来解释，“法住”就是那位正法已经在他心中安住了的或者心里已经证得了法教的人。“随转”就是对于具器者随转教授教诫，带着他进入到佛法的实修。

所以这五个方面全是他方的助缘，这个助缘直接能够引着你入到修法里头。所以一切都是在法上谈，从总体的教法的启开来说，就要归到一期佛法的总教主释迦牟尼佛，从要受持的小大密一贯体系的法来说，就要归到佛宣说了一代时教，它是一个圆满的法教，一分也不缺。再说到自身怎么入的时候，那确实要有个师父带。没有这样一个得到佛法实证的人来带的话，自己就没办法。所以在自身开始修法的时候，最大的助缘就在这里，这个时候就出现了这个人已经修到了法，世俗法的指示在他的心中出现了，他就有经验。然后他就带动着你能够进入到修法，这个就是在自己修法的缘上最关键的一个因素。

所以这里讲，这样已经证得了正法的人，他了解到某人有能力可以证到这样的正法，是一个法器，他就如自己的所证或者经验，随顺所化的根器，转随顺的教授教诫。就是说这位法上的师父他观到了自己是具法器的，然后他随着自己的情况来转教授教诫。

在最初的时候他直接要传授修的法门，怎么来修，怎么来取舍，怎么来进入，这个就叫教授。当传了教授以后，随时随地作出一些警策、提醒、纠正等等，这叫教诫。教授教诫不是两个事，只是从

时间上作的区分。教授就是把法传到弟子的心中，这个就是要老师来教。教了以后，看看情况如何，做一遍看看。在这个做的过程中给他教诫，这个要这样子，那个要那样子，这个没做对，那个还要怎么样，这个是诫。“随顺”，因为“教”需要机教相扣，就是传的时候要相应到所化的机宜，这个叫随顺。

他悲愍者，谓有施者及诸施主与衣服等。

在修法的护持上有内层、外层。刚才整个从佛下来的时候就落到传教者，他是最直接有力的助缘。再来就须要其它的外护，有布施的人和施主给予衣服、饮食、住宅等等的资具。能在资具上作一些帮助，使得修法没有生活上的顾虑，这些都是叫做修法的他方助缘。

此五属于他身所有，是修法缘，故名他满。

这五个助缘属于他身上所有的，是修法的助缘，所以叫做他满。

《声闻地》中所说前四他圆满者，现在不具，然说正法、法教安住、随住法转，尚有随顺堪为具足。

《声闻地》所说的前四种他圆满属于佛世时期的事，现在已经离佛几千年，不属于这个情况。但是随顺分还具足，就是善知识代

表佛在宣说正法，这里面也包括小大密各乘的法教。

其次“法教安住”，就是在这个时代还有具证德者。具证德者就是证法住在他心中，譬如小大密的每一乘都证得了。说到出离心，或者菩提心、无二慧等等，由于他具现证的缘故，他就可以来指导佛法。

“随住法转”就是这些善知识引导学人入到佛法的修证里，他能够随转教授教诫，这样就辅助学人的心进入到修法。世间的技艺也都是要师父带的，如果没有师父带，他就不晓得怎么进入。师父有经验，很懂得它的诀窍，而且他是过来人，那么他就能带路。

佛法要有这样的一个传法，既有总体的体系，还要有这种师徒之间的传授，这样还有随顺分。我们思惟的时候就这个来思惟，这样一看，确实还是具足他圆满。

这要通过比较来看。首先看到无量的时间海里头，很多的时代是处在无佛出世的暗劫，暗暗如长夜，连一个句子也听不到。世上没有三宝，没有现证的圣者出世，众生连一点点启发的助缘都遇不到，如来藏就处在长期的昏睡当中。而且在这种昏梦里，以错乱力，他们不断地起各种的惑业苦，完全落到无意义的流转里头。

其次就要看到，在有佛的时代里，佛宣说了完整的法教。但是在这个之后，法灭了以后，那一段时期根本什么法也见不到。不像现在能够遇到这么圆满的法，不但遇到法了，还遇到善知识，还传授了修心的完整法教。我现在非常地具足顺缘，衣食住行都不缺乏，能够安心地办道。这么一看这个机缘太难得了！世上有多少人根本一点也碰不到，连见到一个佛字、法字或者听到一句话的指教也是

没有的。

《贤愚经》里面世尊因地的时候，整个世间都是成了教空之世，没有佛法的。他当时是多么希求能给众生真实的利益，但是人们没闻到法的时候，根本没办法启开，他自己不可能知道这么隐密的路线。所以当他听到有人能传一四句偈，他就心甘情愿地奉献一切来求取，可见这个法是有何等殊胜的大义。

像我们去观察的时候，这个修法的顺缘太具足了，已经入了法的宝山，处处都有学法的顺缘。这个时候就要知道，这不是一直有的，自己不把握，失去了就不会再现了。要知道，有法缘的时候就是要摄取心要，不能够把它只是当成一种谈论，当成一种学术增长知识，那就极其可惜，把一个无上尊贵的法变成了一种知识了。

思维心中的法道

1、 牢记十圆满分别是什么。

2、 思维每一圆满的含义，从助缘的特点上观察在修法时，为什么每一者都不可或缺。

暇满的思惟包括三方面：一、思惟暇满的体性，二、思惟暇满义大，三、思惟暇满难得。了解了暇满的体性后，接着要思惟暇满有何等巨大的利益，这又分成现前、究竟两门来思惟。首先思惟究竟门中有何等大义，再思惟现时门中有何等大义，接着从反面再看虚耗有什么过患。这样从正反面都已经抉择断定后，要发起猛利的取心要欲，以这个欲驱使，就可以入到三士道摄取心要的实修当中。

在观察究竟义大上面要知道，引得毕竟乐必须修法。然后要想到，修出世间的究竟义，包括解脱和成佛两者，都必须依靠具足暇满的人身，由此才知道人身具有极重大的意义。

首先思惟为了引毕竟乐一定要修法。“毕竟”二字表示相对于眼前暂时的乐而言，它在究竟、后边际上也完全是乐。也就是一定要有超出世俗的眼光，学佛人对于乐的看法肯定跟俗人不同，在俗人眼里肯定觉得不正常。后者只认一点蝇头小利，不知道这是刀刃上的蜜，吃了就会毁伤自己，断送前程。而前者已经看到有过患性的东西都不可取，他要取的是毕竟之乐，为这个目的开始了修法的生活。这就是人畜分界之处。如果人生的目标只是为了五欲享受，认为只有现前的享受才是真实之乐，那是非常短浅、错误的眼光。他不知道这种享受混杂着无数的过患，会像吃了含毒的美食一样，葬送自己的一生，在一度享乐之后，最终又堕落在恶趣里。没有认识到毕竟安乐的体性，就会成为只是一种高级旁生的可怜下场。有智慧的人首先要抉择好人生的道路，不然道路一错，那就在错道上一路狂奔，最终会跌进痛苦的深渊。

这是一条非常危险的路，其实三界里的任何一条路都是非常险

的。有些人现世就堕落，有些人来世要堕落，只不过是迟早的问题。不要被眼前一时的安乐假象所迷惑，它是具有欺诳性的。一味地缘取现世乐，就是在舔舐刀刃上的蜜，在这个问题上必须要有能透视有漏缘起的眼光，知道它最终只有苦的结局，这样才会走出世的道。

现在要思惟暇满义大，首先要把眼光拉长，必须开展出很深远的心来。这样才能不再考虑眼前得失，而是缘念来世，这样就有了共下士的心。再进一步发展到只想从轮回解脱，而且为此努力，这就是有了共中士的心。进一步想到，我要成佛来利益有情，这就有了上士的心。由这个意乐转入实际的取心要当中，在行为上就会利用这个人身，只取真实的安乐，只取长远的、毕竟的安乐。这就是人的眼光不同。

为什么在这里一开始就要抉择所谓的毕竟乐？是因为毕竟乐就共下士来说，还包括来世长远的乐。为什么一开始就要决定呢？因为我们现在正开始进入三士道，进入三士道之初就要分清楚人和畜的界线。换言之，开展出了深远的眼光，有了寻求毕竟乐的心才成为修士，才叫做士，在这之前全是高级旁生。只有已经立了这样的志愿，他才念念都缘着法，才成了一个修法的人。

所谓一切圣言现为教授，就是说一切法都已经现成是离苦得乐的所依，现成是一切白法的根本。所以首先就要辨明法和非法，辨明人和畜生。这个辨明了，心就开出来了，这个分界标准也就清楚了。之后才知道，人身的意义要建立在共下以上，起码要为来世着想，这就是一种深远的考虑。

这是教我们按照这个指点，好好地思惟，好好地观察生命的道

路。不这样，心就不会成熟，观念和行为也没办法纳入法道。而经过这一番思惟，人的心会越来越成熟。由于越来越明见道路，越来越确定，他的心就开始随着法道来运行，逐渐变成心随着法而转了。所以一个人没有经过教化，确实跟野兽一样。必须经过教化，才开始有归依，开始想做一个修法的人，开始循着法来前进，于是他的心就开始调顺了。在这之前是非常狂乱、粗鄙，是非常粗糙的心。里面有多少的邪见、自以为是和颠倒的念头，都只是随着习气冲动，一味的随心所欲，我想怎么样就怎么样，那是中了世间狂乱的毒，是非常有害的。那里除了俱生烦恼还有什么呢？而开始觉得我要顺着法来走，就开始调柔自心，心里随着法一分分地除过引德，就逐渐地走上了修心的道路。这样经过法的培育，心和行为全部变得正直、贤善，这是修行的相。如果越学越狂乱、越自以为是、越标新立异，那就根本不是顺法的人。

　　但是在目前这个分界点上，很多人都还没有完成转换，有可能是半人半兽，或者三分人性七分兽性，这就只能叫做现代高级动物。把人放在动物园里他是一种高级动物。其它野兽贪强、嗔强、痴很炽盛，或者非常凶残，喜欢搏斗，或者特别愚痴等等，有这些表现，它是随着它的畜生性在转。而人表现在第六意识非常发达，他有很多的想法、很多的主意，想这样搞那样，其实就是一个我执。处处要显示自我，处处要赢得自我，这就是人的一个非常明显的表现。畜生不一样，畜生因为第六意识不太发达，它的我是一个俱生我，俱生我执并不是太复杂。而人的包装、显示、成就感、欲望，不知道增加几兆几亿倍了，所以叫做高级旁生。这个旁生能够征服其它

的旁生，发展恶业的速度非常快，毁灭力也很大，这一类没有入法道的人全部叫旁生。

从儒家最基本的来说，如果没有五伦八德就属于旁生，这就是指那些没有入法道的人。真正入了法就叫士，他禀着道来行持，就是具有起码的人道法。五伦八德相当于这里下士的范畴。人经过教化循着这个法道而行，不再只是饮食男女，这个时候人才有称其为人的德性。

所以，学佛必须首先从畜生升华成人，然后从人升华成天，再升华到出世间，从小乘升华到大乘，又要从度彼岸乘进入金刚乘，这就是一个人成佛的过程。一开始怎么开启他的菩提道呢？首先就要认识人身的意义。这个世界上人类无论做多少活动，如何竞争繁忙，说到底，就是食、色两件事。说白了也很简单，这就是烦恼，就是食色的畜生性，而没有别的。这里的追求、竞争，所谓的成功、失败、幸福、悲伤等等，谈到底是没有什么实质的，只不过人们经常掩饰而已。如果在这里能回头，就会有彻底的改观。

所以思惟义大就是要脱离这个畜生性。自己要明确现在正是人畜分界的时候，自己时时观察：我是个畜生还是一个人？我是不是个修士？士就是为道的人，如果不是为道，而是天天为着生活享受、名利、财色，就不叫道人。这种人在佛教里搞得道场、团体不安宁，因为他是随畜生性转，随时都是烦恼妄动造作，所有标准都是自我能不能得满足。所谓的尊严无非是自我有没有受尊重，只是这套东西。心里从来没有一个念头想过：我要做一个依法的人。所以还没有进入修士的行列。

修士的心里有一种真正心依于法的志气。所谓“士不可不弘毅，任重而道远”，首先胸襟没有开拓，哪里会有修行和成就呢？所以，人得到多大的成就完全看他的胸襟和气度，而不是别的。

（二、思其义大）

第二，思惟暇满利大者，为欲引发毕竟乐故，若未清净修习正法，仅为命存以来引乐除苦而劬劳者，旁生亦有，故虽生善趣，等同旁生。

这都是思惟的门道或者开展善心的途径，其实以理抉择就是自身上的观察慧的运行。运行到位，如理的心就被启发出来。不懂的人认为这只是在讲理，懂的人就知道这是在讲修。所以要转成修自心，就是要能见到它是显示修心的教授。这本书从头到尾没有一句话不是如此，从第一个字开始，我们就已经进入了思惟暇满义大的修心课程了。

首先第一句话要引出来“我要引发毕竟的乐”，如果现前似乎是乐，后来就成了苦，它也毕竟是苦，这种毕竟是苦的东西怎么能要呢？就像选择食物时，心智正常的人知道这食物虽然吃时很舒服，但三分钟后会死，那他一定不会选。而痴呆者还是会要，因为他没有智力，对他说吃了三分钟就会死，他根本不明白，尝到舌头上好吃，他马上就吃。

进一步再想，吃了三分钟就死的不要，那三小时之后死的要吗？三天呢？或者三十天后死的要吗？都一样，都不会要。吃了三

年后会死的要吗？以人类来看还是不要，但是有些畜生他搞不清，它还是要。而人类如果推到三百年以后他就要了，认为还是拼一下，时间一拉长他就迷惑了。其实这些都不是毕竟乐，因为走到最后还是落到苦里，落到毁灭当中。如果因是毒，那这个因不断地发展，最后就发起一个好大的苦果。智者能一眼看清缘起，只要这个发展的结局是苦，他就根本不要。正是由于他有这样的眼光，所以他的心才能观察到那么深远，他的意乐和行为完全跟世人不同，这就是对缘起的认识不同。

所以首先就要知道我要做什么？我要求毕竟乐。怎么才能得毕竟乐呢？不修清净的正法，只是为了生存、苦除引乐而辛苦，旁生也有。虽然生到了善趣也只是高级旁生，不会引毕竟乐，要得毕竟乐只有修法。这个地方很重要，现在就要决定你是要法的道路还是要旁生的道路，这要决定下来。旁生的道路就是自己没想到要依法，就依着自己内在的畜生性来生活。其实，没有入法就是畜生性。因为一起心就只想饮食男女、想五欲，或者拼命地想吃好、穿好、用好，就想要避免饥寒困苦。拼命地想赚钱，是因为赚了钱就能享受，不要受那么多苦。或者想到要读书，读书将来有地位身份，能够娶一个好妻子，有一套好房子，不必像打工的人那样辛苦，这就能有乐，能避苦。有钱就有高级享受，能雇很多人。这样的打算全都是为引乐除苦而辛劳，包括我们求学、刻苦地读书，拼命地谋职，然后想做出一分业绩来，在人生的路上越来越成功等等，全部都是畜生性，或者都是高级畜生所做，无非是为了名利，尤其这个名比旁生要大得多。这样一来，全都是在非法的路上走。不顺应缘起正道

的法就是非法。缘起的正道，起码要在心上以除过引德来出现离苦得乐。这就是说，一个人若没有禀持善道缘起的法，没有以它为唯一道路，就还不算是走入了修士的行列，而仅仅只是一种高级旁生。

譬如我们人在动物园里玩。不要认为我很高级，我是人类，而应当想到，没修正法的话跟旁生差不多。无论是意乐和行动，目标都是一样的，只不过由于人类自我意识发达，福报较大，运用的手段比较厉害。旁生在不断地觅食，人也在不断地觅食，而人很有方法，花样百出，水陆空什么都能吃。动物到了发情期要找配偶，那是由于它的畜生性使然，它有淫欲的缘故，那人呢，也一样的，到了这个时期也要找配偶。只是人更有手段，或者心较精致，比如制造一些浪漫气息，有各种语言、行为的表示，还会充分地享受男女爱恋的生活！这些被看成是现代文明，事实上这不叫文明。文明从孔夫子那儿就开始了，他是要在人畜上作个区分的。教导五伦八德就是要人从畜生性中超越，人具有仁义礼智信才有人的德相，不具足五伦八德的话就叫缺德，是半个人、三分之一的人、甚至不是人。这才知道，如果我没有入到缘起的正道里，我的心没有禀持法道的话，我就不算是一个真正的人，不算是一个士，我还没有从俱生的畜生性里出来。这个道理非常紧要。

《弟子书》云："犹如象儿为贪著，深井边生数口草，欲得无成堕险坑，愿现世乐亦如是。"

就像小象因为贪著深井边上的几口草，心眼就那么小，一切的

行动就是俱生食欲的冲动。这个俱生的冲动来自无明，也就是业果愚和真实义愚。先不谈真实义，单从业果一分来说，就是纯乎其纯的业果愚，不懂缘起正道。

以这种无明力的趋使就去求取。很多人都认为：人嘛，应该享有基本的权利，都是什么时代了，人都应当尽情释放自己的欲望。劝你不要听信这种邪论，真正识得缘起才知道这全是邪法。什么叫释放？什么叫权利？说的是“要维护人类的畜生性”的意思，基于食欲就要充分满足自己的欲望。基于性欲，就应当全面地开放，为什么要约束它呢？最后就越来越不像话，搞一夜情，堕落到飞禽走兽的级别，像现在人的荒唐到了极点，可见是越来越畜生性了。

这确实很像畜生，人类有个家，他还能意识到我不是禽兽，所以人类要举行婚姻大礼，这都是圣人为整个人类伦理、德性的建立而制定的。不然的话，随便野合就跟畜生一样了。狗交合以后，扬长而去了，以后再见面互相不认识，没有什么夫妻的名份，也不必承担义务。但是圣人为救护人类，输入了文明，而现在所谓的物质文明根本无法与之相提并论的，这种东西跟人的生命属性有什么大的关系呢！

这才知道，原来小象被食欲驱使，这个叫做俱生烦恼，非常愚痴的一种禀性。这是在表达人类心中的业果愚，这时候完全是受着欲望的驱使来行动的。所谓欲令智昏，被欲望搞昏了头，不晓得这心里缘起的路线如何，没有识别因果道路的眼光和见解。这样去吃这几口草时，根本不知道心上起的是贪心烦恼，起的是非福业，这个好吓人。这表示我们人就像旁生一样，外表可能衣冠楚楚，其实

是个高级旁生。一直都在捕捉眼前有什么好的享受。一见到，由欲望的驱使马上就有行动，这个时候一点不晓得道德仁义，不晓得什么叫恶道。以这种愚蒙就使得恶性力量更大，认为可以为所欲为，可以去残杀、拼斗，可以制造各种诡计、阴谋等等。这时人的第六意识和业果愚一合作，就演出非常大的恶行，百千万倍超过了旁生。这样一来，不但不会出现真实的安乐，反而由此一下子就堕进了恶趣深渊。这种高级畜生性的人类，一直都在追求饮食男女，所谓的现实生活。对于名利声色，更有一种求取快乐的心和能力，但是却没有看到法的道路，结果事与愿违，不但没有得到丝毫真实的乐，反而带来的是绵延不绝的苦。这有多么可惜！得到了人身，却因为不顺法的道路，颠倒而为，结果把自己葬送到万劫不复的恶趣深渊里去了。

思维这一节以后，自己就晓得，原来要引发毕竟之乐一定要见到心上法的道路，一定要走法的道路，不修法是绝对不可能实现的。只有法是所依，只有修法才是真正的道，这就是归依。只有在法上不断地走才能得到毕竟安乐，没有别的路，这个“不言其余而归依”的心就出来了。

这都是缘起上能认定的，所以佛教是理智的宗教，没有任何强人所难的意思，也不是恐吓或者制造压力，而是让我们在缘起上真正见到没有别的路，只有法是道路，因此就归依法。其它的走法都得不到安乐，最终只是苦路一条，苦上加苦而已。抉择断定了就非常干脆地，唯一归依法为道路，而再不谈别的了。但很多人没有抉择好，所以行为上总是混杂不清。让他现在就这样从心里发愿走法

道，心里马上反对——“不行不行，立誓就圈进去了”。那是什么原因呢？他没有抉择断定，认为这么一立誓，我就放弃了最喜欢的东西，我的心和行为全都要受约束，他认为他丧失了很多权力，损失很大。所以人没有福德和智慧就成了这样，他不知道自己不愿失去的那一套全是苦因和苦，只会把自己扔进恶趣里不知多少劫，他还在保护无数劫整惨自己的这套机制。心里的语言经常是：“不行不行，我是现代人，这个现代畜生性不能去掉，不然我就做不了现代人了”。他自己不肯去掉的话，谁能把他硬拉进来呢，他又怎么能得利益呢？

这样的人大说狂话，事实上，他能得几分利益呢？所以确实是要先运用观察慧明见缘起。前面所有的关键点都是说自己要确认缘起，它的重点是能不能见到内在的法的道路。这里有一条内心上的法道，唯一从这里能得到安乐。如果这一点不能确认，那法和非法就混为一谈，这个人会谈很多，会做很多修的样子，其实他心里没有誓愿，他也根本不知道法的道路。有一些完全是假装，有一些是不清楚、糊涂，他就是在外面兜来兜去，等等，这都有很大问题。实际上自己的心还没入进去，连志愿都没确立，这样还是很难。如果没成熟的话，要相当时间的启发，如果不是直接在心上启发，有可能学了二十年还不知道要搞什么，然后时间久了就更麻烦，很难治疗、纠正。

“十年树木、百年树人”，谈何容易？为什么这么说呢？这是入门前必须先要确立的观念，原本在少年时代就要确立的，但现在已经年龄老大，还是没有树立根本，所以怎么不乱？

这样已经知道，要得毕竟的乐只有修法这一条路。自己要决定下来，我只走学法、修法的路。所谓“心依于法，法依于贫，贫依于死，死依于岩。”

接下来要怎么想呢？修这样毕竟乐的法只有得到暇满才可能，而不是任何一个身都可以，只有暇满才具条件，只有暇满才是最好的修法所依。把这一点思维通了，再进一步想到，我已经得到了这个身，却以这个身去做非法之事，这是何等的愚痴，何等的自我愚弄！

这样在这方面决定了就要发誓，一旦已经摸到了它，心能够起得来，就要不断地发誓。这样誓愿坚固了，就进入三士道的实际修行，那就不会跑到别的地方去，不会变成学知识。为什么会变成学知识？就是因为前面没打好这个修心的基础，所以这个道次第是非常好的。

总之修行如是正法，特若修习大乘道者，任随一身不为完具，须得如前所说之身。

“如是正法”就是得毕竟乐的法，毕竟和现时是一对，毕竟是指出世解脱和成佛的利益。“如是正法”是三乘的法要。“特”是指这里的大乘的法要。总和特是一对，“总”指总的成办解脱毕竟利益的法要，也就是三乘法；“特”是指这里面的特别，就是要修一个能成佛的大乘道，得到的是佛果的毕竟安乐。

无论是修总的三乘法还是特别的大乘法，都不是随便一个身就

够条件的，必须要有前面所说的具有暇满的人身。也就是离了八无暇，内在有充分的修法的闲暇，其次具有五自满、五他满，也就是修法的内外一切因缘都非常完备。由此在遇到出世法的时候，由于因缘充分具备的缘故，就能不断地修行，使得修证非常持续、有效地增长，这样才能成办解脱和成佛的毕竟之乐。

相比来说，虽然有个人身，但是不具暇满，或者暇满的量太小，这样就根本遇不到法，或者即使遇到法也只是简单地结结缘，而不能成就。原因是：整个菩提道从第一步直到修成佛果之间，步步都要具足很多的顺缘才能完成。而且一步一步持续地修进，中间不出生障碍，又有顺缘推动，自己的内因外缘方方面面的辅助，使得它不断地进展，这须要无数的因缘。而这些因缘都必须是过去修了善根福德和发愿等等它才能出现，不可能无因出现。所以过去世如果没有如量的修行，没有集聚这些因缘，那么在此身当中就只是一个很少的量。比如尽其一生，大量的时间要用于谋生，有好多的事，好多的俗务缠身，好多的波折，自身遇不到善知识，听不到修心的教授，身体又不行等等，方方面面，就导致这一生只有很微量的学法因缘，这样就没办法成就。

佛教徒看起来有好多，但是其中大多数也都只是结结缘而已，无法完成这么长远、深远的路。不必说逐节地修证最终达到很高的证量，就连起步都困难。不必说修证出现证量，就连一分认识都很困难。所以就必须要有暇满所代表的方方面面的极其圆满充沛、恒常持续、内心外辅等等好多的因缘，真正算起来无量无数。如果已经得到了，才知道这来之不易，不是过去无量世的修集怎么可能出

现这样的情况？因缘不会是偶然，连这一生吃多少饭都是定好的，今生有多少个修法机缘也是由前世业缘决定的。当然今生如果能够努力，又会加进很多变数，但是这方面暂且不谈。按照因果律衡量，很多人可能就只是有看一眼佛像的机会，当然这只是种远因，将来会因此被引入法道。还有一些人可能一生听过几句法，或者有些人刚刚想学的时候，已经被关进监狱，几十年都是铁窗生涯，有些人一直都在痛苦中煎熬。这么看来，因缘确实十分难得。

为什么难？难道是老天不公平，特别要这样薄待人吗？没有不公平，前世修了多少就会出多少，这上量的悬殊是非常大的。所以真正得暇满的人，就像白天的星星一样稀少。不要身在福中不知福，这时一定要开启缘起的眼睛，要知道现在的这种机缘是过去的善业所感，是从过去长劫修善感召来的。未来的前途如何，取决于现在怎么利用，这时就发起了很大的取心要欲。

这实在是太难，得到这样一个至极其宝贵的人身，已经超过了十亿个如意宝。因为因缘上这样充分地汇聚太难了，我们如果不珍惜，如果看不到它的难，看不到它的意义，就不把时间当回事，随便浪费。知不知道一天十几个小时的清闲意味着什么？前世多少劫的争取才能得到今天一天充分修法的闲暇，懂了这一点，才知道生命要把握，暇满要善用。一天的闲暇肯定超过了十亿美元的价值，而且是无数倍地超过。修法的人观念不同，他把时间看得无比珍贵，不会为了享乐而丧失暇满。这样才知道，过去的观念错得一塌糊涂，自己好愚痴，曾经几十年的光阴是怎么浪费掉的？到哪里去了？不是全部都空耗了吗？那是好愚痴啊！如果越来越看到自己愚痴就有

救了。反过来，如果从不认为自己愚痴，反而认为我这个人智商很高。但仔细想想，确实是很大的愚痴。这个愚痴不是一点点，真的是全身心在愚痴里，自有身以来到没有认识暇满之间是完全的愚痴。暇满用到哪里去了？这一问就不像原来那么想了，因为已经明确了法的道路，用法去衡量的时候，以前做的这些全是非法的事，几乎哪一点也不是法的道，几乎全是为了现世乐而虚耗人生。这么一看，这个人生的功德簿上全是赤字，多少年的好年华、好光阴全浪费在追求现世享乐、名利、异性、权力等上面。要认识到自己完全错了，要痛切地反省，切合在自身上来反省。不要总是在字面上溜，学法要切身切己，要反过来在自身上体会。不然的话，完全是讲一种无关的事。而一旦切合自身，那就是前面说的法镜，把法镜一照到自己身上的时候，就看到好多好多的颠倒，好多恶的、邪的、错谬的，这个要深入地反省。要想到从前我读书是在干什么？是法的事业吗？我踢球、娱乐、看电影电视、上网，或者追求吃喝等等，或者谈恋爱、炒股票、旅游观光、闲聊聚餐……这些全部都是在浪费暇满的资源，我错得还不够吗？再想想，剩下的时间已经不多了。这个时候心里要决定，以后我唯一心依于法，依到死为止，任何非法的事坚决不做，按这样来摄取暇满的大义。

思维心中的法道

1、 思维毕竟乐的含义，尤其对文中分辨现世乐和毕竟乐的比喻要反复思维。结合这个道理进一步观察断定人与畜的分界。

2、 思维修行正法，特别是修习大乘道，必须要依靠暇满人身的道理。

前面已经讲了“如是正法”是指引发毕竟乐的正法。生而为人应当在修法中度过，如果只是为了谋生引乐除苦，就等同旁生，并没有优越之处。

既然确立了修法的志愿，接下来就要观察什么样的身才堪能修法。总的是修能得毕竟乐的正法，特别是要修习圆满的大乘道，必定要有前面所说的暇满人身，不是任何一个身都具备条件的。

对此又要通过总、别两门来显示，别是指引发大乘心力——菩提心，只有人身堪能；总是指趣入出世间道、受持别解脱律仪唯有人身堪能，尤其以南洲的人身最好。所以究竟决定胜的利乐只有人身能够成办。

既然它有这么大的意义，我们就应当用它来摄取心要大义。就是说这么殊胜的人身一定要用到最好的方面才是智者所为，如果用来造集恶趣的业因，就是最愚蠢的行为。

以下分别解释。

如《弟子书》云：“善逝道依将成导众生，广大心力人所获得者，此道非天龙得非非天，妙翅持明似人腹行得。”

这是说，佛道成就的大根本——菩提心，也就是能引导一切众生趣入佛地的极广大心力，只有人才能获得。这样的有极大意乐的道不是天龙八部等其他有情所能获得。

这一颂说明只有人身堪能修大乘法，关键是这样广大的心力只有在人的相续中才能开发出来。大乘是建立在菩提心的根本上，所

谓菩提心为因，大悲为根，方便为究竟，所以一定要有大心力才能够出现。

这个心力在什么身份上能够发起呢？就只有人身。人具有智悲两方面的潜能，而智与悲要互相辅助，由智激发悲，由悲拓开智。人的抉择慧很厉害，依靠它把智力一一引出来，就能看到苦乐的差别，看到轮回中的一切都没有实义，由此会发起无伪的出离心。再看到众生很容易启发出悲心，以悲为根本就会出现菩提心。这个时候他誓愿要引导一切众生趣往佛地，这个大心力就是大乘增上意乐。有了它就堪能受持菩萨律仪，最后心心念念全部在大乘道上运转。或者说只有人才能见到诸法空性、自性光明，这样开展出来以后，确实有一个誓愿做佛度众生的心。

相比而言，其他众生不必说这样大的智慧、大悲，就连一个很小的善心也难以启发，这是什么原因呢？因为处在深度的愚昧当中，没办法了解缘起，不能分辨善恶苦乐等等，因此激发不出信念和行持的欲乐，也因此无法转入正道，无法除过引德。所以畜生道里生起一点善心都非常困难。或者上界天过度地放逸，或者由于身心气脉的特殊构造使得他很难出现智慧。

但是在人身上有极大的优势，只有人的情感和智慧体现的非常地充分，但是人类没有善用它。一再地说了，人类的意识非常发达，智力能一下子开拓得很深广。他能了解微观上很细微的事情，也能一下子抉择出极大范围里所有事情的原则。

在心力上人有一时超越万古心胸。譬如，古代的大儒有那么广阔的胸襟是基于人的特点，就他为万世开太平的心胸而言是值得称

颂的，这也看到人有很超越的地方。但没有经过佛法的熏陶，他还是没办法生起菩提心。

或者人很容易悟道，尤其东方人，可以不为形体所拘，他自然有一种超然的意境，很适合学无上道。也就是他离回归非常近，悟性也特别强，志愿也特别大，这些特点决定了他是很容易趣入大乘道的。

从这个点上去做比较，会发现其他的生命形态想趣入大乘十分困难，即便只是趣入一分善法也非常难，心识不堪能的缘故。所以人身刚好就处在一个最好修法的点上，那是无量因缘汇聚的结果。无论是自身上的善根品质，还是周边遇到的各种人类世界的文化、各种圣贤的法道，这些充分地积聚起来，极容易开展出修法，决定他能够修大乘道。

如果是一个人，基于他的深厚善根，能很快的对大乘法门有所了解，能很快的接受，而且心里能起信念，愿意趣入。这个法一来，就可以在自身上模仿进行，而且越修越开展，整个道都能够建立起来。

但是其他的天龙八部或者旁生等就很难启发出来。启发不出来，观待究竟成就佛果的大义来说，就成了暂时的无缘者。换言之，菩提心只要没有起来，就根本没有佛道的根芽，再怎么也都是落在自心狭小的圈套里，没办法走出去。

《入胎经》亦云："虽生人中亦具如是无边众苦，然是胜处，经俱胝劫亦难获得。诸天临没时，诸余天云：'愿汝生于安乐趣中。'

其乐趣者，即是人趣。”诸天亦于此身为愿处故。

就修法而言，天与人相比，人身是最好的，而且是天人们的希愿之处。

在《入胎经》里说到：虽然生在人里也有无边无际、数之不尽的苦，但仍然是一个很殊胜的生处，是俱胝劫也难以获得的。所以形容获得人身犹如昙花一现，犹如大日轮出现在世间。

百千俱胝劫都一直在其他的身躯里，就好比须弥山下有一根针尖，从山顶向下洒豆时，豆子全都落在了针尖之外，极少有刚好落到针尖上的。以此表示在累世的投生中，绝大多数的时间都是以业力生在非人类或者无暇之处。因为杂乱的因缘太多，心上不晓得积累了多少非法的习气。就我们现前的状况来看，一天当中有几念缘着法呢？凡是没有缘着法的心，全部是落在非法的生处里，如果心缘着非法还生到法处，那显然是因果颠倒。

这么看起来，要刚好得到人的身体，而且处在充满了修法内外顺缘的境地，那是极其稀有难得。一旦到达这种境地就叫做到了宝洲。这就是一个最值得庆幸的时候，是无量劫来真正可以摄取到无量义利的时候。周围的一切全部都是法的珍宝，对具信欲者来说，他有这种取大义的欲乐，因此时时都在采集法的珍宝，实现充满虚空那么广大的利义。特别是他能够成就出世间毕竟解脱和成佛的利益，这是生命的大义。

所以，天人在临近死殁的时候，其他的天人都祝愿他：“愿你生在安乐趣里！”这个安乐趣指的就是人间。连天人也以宝贵的人

身作为所愿处，因此这是修道最好的所依。

又有欲天昔人世时，由其修道习气深厚，堪为新证见谛之身，然上界身则定无新得圣道者。如前所说，欲天亦多成无暇处。故于最初修道之身，人为第一。

最初修道的身也以人身为最优越，以人和天作比较就可以看到。这怎么讲呢？一一观察欲天、色天、无色天，欲天除了过去做人的时候修道的习气很深厚，在他生到天上时，还能够新证得见谛——见道以外，其余多数的欲天都成了无暇之处。

意思是欲天有两种，一种是过去做人的时候善根深厚的转生者，生到欲界天也不忘前因，还是能够修道证得圣果，但这只是极少数。

此外的绝大多数都葬身在欲海里，就像《资粮论》里所说的，欲界天的五欲非常地诱人，天人的心时时都在欲尘当中散乱，心中的贪欲就像烈火一样炽燃，所以丝毫也不可能发起出离意乐。连向道的心都没有，哪里能证道？所以终其一生也只是做了一场美梦，享受了一些梦中的幻境，在美梦过后就是恶梦来临了。像这样空过一世，从究竟的观点来看是毫无意思的，所以佛教出世的行者以生天为堕落。

此上的色无色界天决定没有新获得见道的人，这确实是百分之百的。换言之，色界天以上所有的天界凡夫，全部都只是等待堕落。在他们的心相续当中没有一刹那能起修法的心，整个缘起的显现

上，全部成了空缺，一个得道的人都没有。所以在修道上，上界天完全没有因缘的。可见这个因缘难聚，所谓缘生可贵，要是没有那个因缘，跑到别的地方去也绝无机会得道。

这样看来，我们应该百倍地珍惜眼下的人身宝，一旦失去，确实是万劫难复，所以这确实是无量劫来稀有难遇的一次良机。如果把它用在造各种恶趣业上面，那实在是太愚痴了！没有比这更愚痴的事。

这样较量后才知道，最初修道的身，人身是第一，再也不要去想别的，机会就这一次。在这个暗无天日的三界里，只有得到暇满人身才开始出现了法的光明，别的地方全部是一片黑暗。一旦失去了人身，到哪里能再次值遇这个机会？就好像一个玉杯已经摔得粉碎，这些残片还能恢复原样吗？虽然不是绝无可能，但这种机率太小了。所以说“一失人身，万劫不复”并不夸张，实在是因为因缘的会遇是极其困难的。

用极广阔的天眼观察那些失掉了人身的众生，会发现他无数劫都在其余道不断地转，再怎么样也难以得到这个人身。多少人都是这样，一堕下去，连贤劫千佛出世的时候都不能得救。佛经中说“八万劫来未脱鸽身，七佛以来犹为蚁子”，七尊佛过后，它还是做蚂蚁，没办法超生，八万劫后它还是鸽子的身。因为一次的造业就直接陷入地狱，千佛出世也不能得度，这是非常可怕的。

这样看到整个三界里无数生命形态的遭遇，在法上的因缘是这么难以积聚，在修法事情上无比的难以成就。所以不是搞一些其它的世间法难，而是积聚法的因缘十分地困难。就连我们目前讲一座

法，这个因缘那都是百千万劫难以值遇的。现在遇到了，不要以为很容易。错失了这个因缘以后，再巴望着想得到，也不可能凭空出现了。所以，每个人都要珍惜现前的机会，一分一秒都不要错过。

此复俱卢洲人不堪为诸律仪所依，故赞三洲之身，其中尤以赡部洲身为所称叹。

再比较四洲的人身，会发现以南洲的人身最值得称叹。

也就是在四洲里，北俱卢洲人不堪为诸律仪所依，因为那里太享受了，根本没办法受戒。就象某些今天的西方国家，因为离不了现前世间的饮食男女等的欲乐，根本发不起一个出离向道的心，所以不堪为律仪所依。整个北俱卢洲也是全军覆没的状态，生到那里享受一千年，享受完毕个个都沉沦下去，这有什么意义呢？得人身而不能超出轮回，不能成佛，就是没有意义的。

其余东、西、南三洲的人都可以证道，但是相比而言，以南洲的身最是要赞叹之处。南洲是业增长地，就是说我们地球上的人，有很特殊的时空因缘，无论做什么业都能够很快成熟。其他世界的业不容易成熟，南洲的身用好了，修道能够即生成就，因为他的心力能够发得很强，很快就能圆满，所以是特别有能力的所依身，这都是跟生命形态的缘起直接相关的。

这样才知道，原来观待毕竟的决定胜而言，要从轮回中彻底解脱、要证得佛果，以南洲的暇满人身是最第一的。

所以我们不要对缘起愚昧，不要认为地球上的人身没有什么特

别之处，不要自暴自弃用这个人身造恶，不要拿这个人身不当回事。

这个人身能够发求解脱的心，能受持别解脱律仪，一心修持解脱道。又能启发出广大心力的菩提心，依此能受持菩萨律仪，发起增上意乐，引导一切众生趣向大菩提，所以有极大的义利。

是故应当作是思惟：我今获得如是妙身，何故令其空无果利？

这样明确了人身的大义，就应当这样想：我现在已经得到了这样的妙身，只要善用，一切义利都能实现。没有得到就是很苦的事，要成办一分也不可能。现在已经得到了这样的妙身，时时刻刻都能产生极大的义利，为什么我不使用它，反而没有任何利义的白白空耗呢？就像一台昂贵的电脑，摆放了三年，从来不用，结果坏掉了，别人会说这非常愚痴的行为，为什么没让它发挥作用呢？

我们这个人身也是这样，应当常常想：我已经得到了这个如意宝一样的人身，为什么要空耗时光，直到寿命结束的时候彻底报废，一点利义也没摄取，我怎么这么愚痴呢？

我若令此空无利者，更有何事较此自欺、较此愚蒙而为重大。

然后进一步地呵责自己：我如果让这个珍宝人身一天空无利义的话，那我真是世上最愚痴的人，没有比这个更大的自欺，没有比这个更大的愚蒙。

什么叫自欺呢？就是自以为是，自以为能享乐就是真正实现了

人身的意义，根本不知这是最大的损失。

人们总是以为选择了很好的生活方式，以为这样过活是非常有意义的，但我们不能听从这个愚蒙的心，它的知见是很荒唐的。

怎么理解这个自欺呢？就要把自己分成两个人，无明作主的时候就已经在自欺了，那时人就恍恍惚惚地和无明混在一起。无明会不断地出各种主意，它在里头驱使我们：这样做的话特别有意义。像一般人享受周末的时候，认为过得很有意义。或者认为去旅游见到很多的名山胜景很有意义，或者看了一场球赛、一个大片，很过瘾。或者吃到各种美味，跟朋友谈天说地，非常地舒畅，自由自在，生活多么美好，这就是自欺。

因为这种认识是基于一种愚蒙而发出来的，是一种俱生烦恼性。这种俱生的烦恼心得到满足之后就会认假为真。它认为真的得到了，就不停的驱使你一次次地求取。已经产生嗜好以后，对世间的五欲会十分地迷恋，会一直不断地想求取。其实所摄取的这些毫无意义，真正有无上大义的唯是成佛之事，但却置若罔闻，因为见不到这个义利。偏偏追求那些含毒的美食，以为具有大义，吃到的时候，也认为摄取到了实义，这样就完全是一种自欺。

所以，我们的心是无明在作主的时候，它时时都在蒙骗你，如果不是它的欺骗，你不会有这样的行动。所以我们从早到晚是不是处在自欺里，就看当下的念头在怎么指挥，一念被它骗到就成自欺了。

譬如说现在很宝贵的两个小时，应当用来实现人身的大义。但是这个心认为今天有一场球赛，这个是很好看的。或者有一个闲聊

的朋友来了，他很有意思，我们又可以天南海北地调侃。这个时候已经无明指使了。它很想要实现这件事，很想要取到它喜欢的东西。非理作意又把它放大到极致，这个时候人的心就以为是得到了真实义，认为这个是最重要的，一定要取到的。而法方面，心根本就一点也想不到，天天这么自欺过去，到临死的时候，才发现已经完全被自己骗了。

过去在规划自己的人生时，梦想着先要怎么求学，然后就职、成家、创造一番事业，财富值应该达到一个亿，要拥有多少产业，有各种的高级享受，要到世界各地去旅游、观光，享受人世间的各种美味佳肴，这些就是我人生的意义。实现了它，是真正不愧此生。等到临终的时候，发现这些全部毫无意义，而且为此积集了无数的罪业，那时只能直接往恶趣深渊里堕。这时才醒悟，这一辈子都是活在自欺当中。

我们不是在临终最后一刻才被欺骗的，是生命中每分每秒都在自欺。换句话说，在每个行为抉择的关头，只要你不明白法和非法，绝对是被自己骗了，这不是小小的恶作剧，而是一个最大的自欺。如果在已经明了暇满之后，还是一如既往，那就属于最大的自欺。不晓得的人是很可怜，但现在已经知道了。我有修法的机缘，只要好好地把握，天天都能活在修法当中，能够念念不断地摄取真实的大义，我已经知道了这个事，我已经得到了这个机会，只要自己去做就可以，但是我却没有正面使用，还是颠倒而行，那就是明知故犯，那是太大的愚痴，没有比这更愚痴的了。

要这样骂醒自己，不然的话，以这样的愚痴会导致整个生命的

方向都颠倒了，由此就会产生无量无数的损恼和过患。走这条路丝毫的实义都不会出现，只有无数的损伤，无数的恶趣因缘，不断地在制造苦难，那还有比这更愚蒙的吗？

人生方向的抉择上，一旦知道了暇满，就知道大义所在，因此就能完全决定。知道了这个方向却一步不肯走，那是非常愚痴。不但不肯走，还向颠倒的方向走，那就无药可救，自己应该狠狠地骂自己一顿。

确实在这上面没有比这更大的自欺，没有比这更大的愚蒙，就好比你已经知道这是一条康庄坦途，又已经有了快速的飞车，你就应该沿着这条路高速地前行，一直到达安乐宝洲。但是你一步也不走，还要朝着反方向的悬崖上奔驰，人家就说那是个疯子，没有比那更愚痴的，没有比那个更欺骗自己的。自己已经明白了，还要往颠倒方向、往非法的路上走，而且还一直自以为是地说，那个就是有快乐嘛，那个就是有意义嘛，我一定要争取，这样快速地坠入到万丈深渊里。

要知道学这些都是在抉择生命的大意义，要一再地在心中认定它，能花一个月的时间天天在这上面思维，是非常值得的。这样决定好了，心不会再跑到别的地方去。因为已经有了很大的正见的力量，而且发起了真实的取心要欲，百倍地珍惜人身宝。觉得再这样走实在太愚痴了，没办法原谅自己这种行为。这时你里面理智的力量开始站起来，替换掉过去的大颠倒心，它开始控制你的行动了。

人没学法的时候是一塌糊涂的，他的见解混杂很多愚痴的成分，这些都必须要经过整理才能步上正道。

经过整理以后，见解、意乐、行为都变得纯正。人学法以后应当是一天比一天正直，无论是心还是行为，经过法的调整以后，都变得非常纯正。心里一直都是缘着法的道路去走，那个时候确实心唯一依止法。这个人逐渐地变成了真正的好人，生活里全部都是法。

没有经过整理，人的心里混杂不堪，由过去很多的邪知邪见，发展出来各种各样混乱、颠倒的心态和行为，这都是我们要从心相续中剔除出去的。

如果没有经过前行的整理，心里的系统非常混乱，那怎么能相合法道呢？再学多少，到了实际的事情，还是起这样的心，非常颠倒，非常自以为是。意乐上各种的颠倒任性，行为上也是各种错乱妄为，说明这个人还不是一个以法为义的人。没经过整理的时候，这个系统的错乱力是相当大的，没有办法很调顺地入到法道里，这样的话，三士道的利益都不可能实现。即使几十年也还是那个老样子，而且会越来越加深、顽固，到最后就会到不可救药的地步。

所以，我们事先就应该抉择好，这一生我已经得到这样一个宝贵的人身，不能让它空过，每一天都要修法，都要在心上走这个法道。心上一步一步地往前走，就一步一步在实现义利。

如果偏到了非法上面，就又被愚痴掌控了，那发展出来的还是过去那些颠倒、杂乱的心和行为，都是不顺法道的，全都是往险道里奔驰，全都是在自欺。稍不留神没有提醒，它马上就抬头，马上就陷落在那里。就像一个抽烟、吸毒的人，如果没有很强的意志力去克服，还是一样的。天天认为毒品很好啊，我一定要啊！那是最大的自欺和自我毁灭。人的心没有以法而调整的话，就有这么可怕，

那是十分危险的。

就像吸毒者每天都是在慢性自杀，在毁灭自己的前途，但他仍然自以为是，认为这就是最大的意义。心时时地外被境缘所转，内被颠倒心所欺，不加管制，它马上就跑入非道，摄取的全部都是罪业和苦。还责问你为什么剥夺我的权利、剥夺我的自由？说这种话是不是在自欺呢？是不是处在大愚蒙当中呢？这样才知道，我们一直要提醒自己，时时都要修法，时时都要让心在法道上走。

思维心中的法道

1、 以教理思维抉择“引发大乘菩提心、修大乘道只有人身堪能”和“趣入出世间道、受持别解脱律仪唯有人身堪能，尤其以南洲的人身最好”的含义。

2、 因为暇满人身在成办决定胜的大义方面有极圆满的力量，所以请思维：在得到了暇满人身的时候，应该如何度过自己的分分秒秒。

曾数驰奔诸恶趣等无暇险处，一次得脱，此若空耗仍还彼处者，我似无心，如被明咒之所蒙蔽。由此等门应数数修。

这样从反面想，我无数次驰奔在恶趣的无暇险处，在那些地方连一点修法的机会都没有，这一次终于脱身出来，现在就像到了宝山一样，只要修，一天有多少万秒都可以修，这实在是太难得了！这是无量劫里出现的修法机会最多的时候，没有比这更大的财富。在这个时候如果还是空耗掉了，一点实义也没摄取到，最终就还是要回到那个地方。难道我是一个植物人吗？我是没有心吗？已经进了宝山，却两手空空什么珍宝也没拿，回去以后仍然是个一无所有的穷光蛋。真正摄取实义的人，在一生短暂的时间里，已经成就了那么不可思议的功德，甚至达到了极大的成就。同样是人，同样的机会，最终我却是一无所成，我的心一定完全被恶咒蒙住了，一定是有严重的心灵痴呆症。要这样打骂一顿。

所谓思维就是要在缘起上抉择，要从当下的行为方向来考虑，我到底要走哪条路。或者回顾一下，过去世我是怎么来的？如果还重复那个行为，我将走到哪里去？要通过这种思维明确自己的方向，就像开车的人一直都要清楚行驶的方向，不能朝反方向走。一个犯了错的人，就一直都要记得过去是怎么犯错的，导致了什么过患。如果把这些都忘记了，就还是会重蹈覆辙。所以，现在就要变成一个有理智的人，而不光是随着内心的欲望而行，不是随着过去的颠倒观念而行。这个上面差之毫厘，谬以千里。

为什么把修暇满发展取心要欲放在三士道之前？它被称为一

切道的道前基础、一切道的开端，是什么原因？为什么不把它只放在下士道里？

因为这取心要欲是一个走全面的菩提道的欲，一旦开展出来，这个人就天天都在修道次第。但是最开始非常关键，你必须把心修好，第一天修好了以后，第二天还要同样的修法。规定同样的内容，不要走到别的地方去。只要一段时间以后积习成瘾，就一发不可收拾，天天都在这上修。一想到就是我要修心，不是说我还有很多书没看，这个是次要的，就是想：我今天没修心，不行不行我一定要修心，修了心我才得利益，没修心就感觉不行。每天都必须修。

就像练字的人，已经规定好了每天练五十个字，不练就不舒服。这就已经出现了欲，欲就是上瘾了，他必须得写这五十个字，少一个也不行。

世间法都是这样练习出来的，但佛法上我们没出现这个，在修心的次第上，最前面一分还没具足就去忙后面，怎么也是忙不成的。就是首先没有定好在什么时候必须做什么事，而且每天都要坚持，这个习惯没养成，结果他就不断地被其它的欲给拉走了，不能置心一处，也就无法完成。

任何的路都是这样，就像一个身体很不好的人，又有胃病、肾病等等。他首先想，我要怎么能得到健康呢？有了这个欲求，就去找方法，结果别人说打太极拳很好，他就跟着去打。他每天都这么打，好像有一点好处。越打越感觉有好处，他就放不下了，每天都是按时早上从五点打到七点，两个小时。其它事情可以放，这个事情不管严寒酷暑，风雨无阻，雷打不动，一直坚持到生命结束。这

就是他就有取利益的心。

现在就明确了，原来我要发生取心要欲，就是在法上要跟前面举的例子一样，每一天都感觉自己是一个在走法的道路的人。

现在很多人喜欢有一个自己专属的特殊标签，现在我们就要给自己带上修心之士的名牌，我的事业就是修心，我每天要打的拳就是修心拳。如果一个修心的人不做修心的事那成了什么？一定要这样爱之厚之，到达极点，看得比吃饭睡觉都重要。现在要去绵绵密密地检查，早上检查一次，下午检查一次，晚上再检查一次，我早上修心了吗？没修心，我怎么能这样空过，我怎么这么傻！没修心就没得利益啊！这跟打拳的人一样，如果一天不打功夫就会退掉，得不到利益，一打的时候全身的气血流通，就得到好处了。这样上了瘾，一天没打就像一天没吃到好东西一样，一天没修，就感觉今天吃了大亏，损失太大，又白白浪费一天。

要这样让修法的欲乐达到如饥似渴的地步，成为心中的最爱，要比一切世间的爱好都来得猛烈。有了这个心，那下面整个一套修心的课程都会非常有意乐地行持。其它事情都是次要的，可以摆到一边，今天这四个小时的修心必须要完成，这就叫做有取心要欲，有修法的欲。

我们一直要知道，现在自身上有两个人，里面有个很大的邪性，一不注意，邪性当了头就把自己骗了，可怕的是你还以为它就是自己。所以人不经过这样的自我教育，是没办法成长成熟的。在法的道路上我们还是一个很幼稚的小孩，说道理不是很困难，但是真正自己的心要成熟、如法，这是很困难的。如果没有经过百千次的练

习，就没办法形成善的习性。这个习性没养成，那就全部是恶的习性把持内心的朝纲，正法和心完全脱离。不管你学多少，里头邪的系统是很坚固的，一切的行为还是由它来决定。

因此在这里一定要数数地修心，这个修心就是数数地在心上去抉择，去认定，去想清楚。起码要想，就像过去对于轮回的事情为什么强烈地去追求？其实它也想过很多次，不过都是颠倒想。它想到一定程度，就成了非取不可的，哪怕是刀山火海也要去取，这就是因为欲望强，但是那是非法的欲望。

我们现在在法上也是要不断地思维，一定要走这条路，不允许走别的路。在欲上要反转过来，要知道它有无比重大的意义，要发起非取不可的欲，即使越过刀山火海也一定要取。这样在法上的欲已经占据了首位，那就能成为一个修法的人。

所以欲有很多种情况，一个人扮演什么角色，生活的道路是什么，都取决于他的欲。有的人财上的欲占了首位，就成了一个求财的人；很希求世间知识，就变成学者；有些人很喜欢旅游，所以变成旅游家；有些人热衷于体育，就变成运动健将；还有些人是希求修法，所以他就变成了行者。唯有后面这一种是最高尚的，所以我们现在一定要让这个欲不断地提起来，如果欲不能提起来，那我们是不会转入修持的。

这个欲还要强大到胜过一切，你才能完全以修法为主，如果已经强大到何时何地都绝不会偏到别的地方，那绝对就能日日夜夜都精进修法。

为什么很多人没办法贯彻修法呢？因为他一碰到法和非法的

时候，非法的欲更强，所以他的心就流荡在名利五欲的追求上，流荡在非法的追求上。尽其一生，修法都是假的，求名逐利、寻求女色、享受生活这些才是真的。这种人就是伪修法者，因为他连修法的一分欲乐也没有。谈到修法，心里丝毫影响也没有，谈到财色享受，求之若渴的心时时涌出。两者相比，世间的欲已经百千倍的强过了修法的欲，所以古人都说，求道像好色那样，早就成佛了。

现在修暇满，就是要开发出修道的首要——取心要欲，或者说求道的切愿。这个不发出来，那以下的一切都只是流于空谈，或者只能得极微少的利益。这个一发出来，就真正成了一生精进修行的人，日日夜夜都会取心要，他最喜欢的是法。就像一个人当初喜欢上数学就是因为他解开了一道非常难的数学题，而且因此找到了成就感。这个在世间叫兴趣，在佛法叫欲乐。从那以后他就非常喜欢做数学，从此一发不可收拾，从一年级一直做到十八年级，甚至做到生命的最后一口气。有些数学家就是这样，最后做完了题目就溘然长逝。那就是他的欲支配他一生都必须要干这个，一天不吃饭不要紧，不干这个就不行。

我们从小学生的兴趣动态上去观察也是这样。不喜欢数学的，他就根本就做不出数学题来。喜欢画画的就不停地画。一旦他的画作得到了肯定，就更是停不下来，那就成为他生命的重点。后来成为画家，一辈子以作画为乐趣，活在绘画当中，画了上万幅的作品，这都是从第一张画开始的。

搞发明的人也是从第一个小发明开始，就接连不断地发明，所以最开始的动向是最关键的。

其它搞学问的人也都是有瘾，有了瘾，他就能上路，然后一辈子都是乐此不疲。那些搞技术的，搞娱乐的，赚钱的，都是因为第一次的欲出现以后，不断地在这上发展，之后他就一辈子都走这一条路。可见是这个欲决定了行为。常常说“信欲勤”三字诀，有了欲就有精进，串习坚固以后，一辈子都在这条路上走。

总之要由这些门径数数地修心，要把这个取心要欲串习出来。它也是个有为法，能不断地想，就真正能发展出这样的心。如果你不去想，也根本不可能无因凭空就出现这种意乐。

世间其它的求学的路只能发展出一个做科学的欲、做明星的欲、求财求名的欲，那个是世间法上有一套教导的。它会举一些典型的所谓创富者的励志故事，然后说有非常大的潜能，有发展前途，让你向榜样看齐，让你时时想到它的大利益，认为它高过一切，结果人的欲就这样被挑动出来了。但是那些都是世间法，它不可能说到圣法上，也因此没有人能发出法上的取心要欲。

现在学了佛法，首先就是要教导这个重点，发展出法上的欲，心里最强的就是修法的心，一直希求的就是在法道上一次又一次地修行，而不是一次又一次地作画、答卷、看大片，或者收集流行歌曲。这样欲就转到了法的欲上了。

首先重要的就是要理解一个法字，第二就是要看到法上的道，第三要知道只有在法道上走才能摄取到真实的义利，第四就是再再地强化这种心，让它串习成心里的语言、想法，强之又强，最后让它的力量最大，大到心中只有法，一心要依止法。无论怎么样困难，就只是法，为了求到法可以牺牲一切。这样以这个心就成了真正的

修法之士，没有这个心就只是半边人，或者就是伪装的，因为他心里的动力都没有，是伪装的。

有人说怎么是伪装？我不是一天到晚学法吗？那还是伪装！为什么呢？这就是过去的一点善根，现在的一些因缘，再加上一个学知识的习气结合在一起，但是所谓的修心，连一个愿望都还没有，连基本的志愿都还没确立，所以在这方面根本没有。

就好比一个人搞科学的时候，其实他还没有进入到发明的行动当中，他只是说这个怎么好，那个怎么好，他一次也没去发明过。又好比一个谈论书法的人，他懂很多书法理论，高谈阔论，但是一天一个字都没写过。所以那是一种旁观者、谈论者，实际取实义的欲没出现，只是一种谈论，所以“差之毫厘，谬以千里”。

同样的，修心课程也可以有谈论的欲，但不是修心的欲。修心的欲不是天天谈太极拳理论，而是每天想要实际去打。到这个时候，他不是想今天我还没看太极拳的书，我还得多看几本太极拳的书，不是这样。他是想，既然已经知道了太极拳的打法，我今天就要开始打，今天不打就不得实义，不可能我天天眼睛去看拳谱就能治好胃病、周身的气血就能通畅，所以一定要打。这才叫做有取心要欲。

同样的，道次第修心课程不是天天研究文字，纸上谈兵，不会因为眼睛在文字上溜两遍就能修好心。一定要按照那个去串习，它是怎么教我想，我就不断地去想，它教我怎么抉择，我就怎么去抉择。然后去掉颠倒心，引出善心，这样才会得利益。这个就可以决定。

这么一来，才知道人生的道路确实是要走一个完整的修心之

路，要圆具小大显密一切功德，这个就是你的无上志愿，每天要做的就是修心。所谓的修心就是除过引德，就是在自心上去实行，走内在的法的道路，这是外人看不出来的。就依照法就这样调、就这样串，最后就出这样的心。

如今已经有了一个这么圆满的修法机会，天天都可以实行，这不比过去在恶趣里，那是无数劫连一刹那修法的机会都没有，无数次被动地受苦，一点主动权都没有，多么可怜！而我现在要修法的话，一天都有无数的机会，然而我却这样白白空过，到了最后还是回到恶趣里，难道我是个无心的人吗？难道我已经完全被咒蒙住了心，一点正常反应都没有吗？难道我现在得了精神病吗？就要这样责骂自己。

就好比昨天还是个正常人，该干什么他都会干，今天怎么突然就变成了呆子，什么反应都没有？把他的手放进火里也不知道躲，眼前有好吃的也不知道吃，冷了也不知道穿衣服，世间人都说这个人已经神智不正常了，已经没了理智。同样的，已经到了宝洲的时候，不知道珍惜这样的时机摄取实义，傻傻的坐在那里，什么也不求取，我难道成了痴呆吗？就要这样骂。无心就好比用恶咒诅咒一个人的时候，他马上就丧失知觉，这叫被明咒蒙蔽。

要由这些门数数地来修心，而这些修都是心上要不断地发起，不断地起这样的想法。心上不转的时候它就又停住不动了。现在刚刚起步是非常生疏，所以要用力使劲地转。一开始是难，但是不停的转的时候这个心就出来了，这是什么原因呢？因为名言中的心全部要靠语言、靠思维。他这么一想心又调动出来了，不想的时候又

停住，一想又调出来。象这样百千次地调出来，以后就不用那么吃力了，因为它的势力已经有了，一提就出来。再不断地引它，使它达到猛利恒常的地步，那时你不去想，它自己都会运行。这就是修心的原理，等到它能自动运行，就已经开始有力地把你的心摄持到法道上去了。

所谓初步正则步步正，你首先把这个基础垫好，以后在菩提道的修心路上一直都有这种惯性，一碰到什么法马上在心上修。现在因为没基础，修心的机制没有建立，意乐、行为、动力等等都没有，所以碰到什么法，也不是硬拉就能拉得起。硬拉只是勉强地装两下，放下就又没了，毕竟是里面没成熟。

所以要知道，修心有好大一套机制，每一个方面都如理如量地安置上去了，里面修心的机制就逐渐地复活了。它的力量再得到不断地充实，最终它就能完全占据主体。达到无法夺走的地步时，它就使你完全入在了修心的观行里，不会再跑出来，也不可能再跑出来。从此以后再也不可能变成一个俗人，这就叫修心发生了成功的转换。所谓“十年树木，百年树人”，就是这样的。没有经过这样的转换，没有励力地把法植在心上，用它置换掉你心中的颠倒法，那就是没有修成功。那不还是原来的我吗？既称不上中士、上士，甚至下士也称不上。

所以这个暇满其实就是一个最关键的地方，首先修暇满就是首先要确立修法的志愿。这个志愿修出来了，到后面就全面开花。这个起点正了，它就一直朝着法道的方向走。如果我们对缘起愚昧，不知道前面是关键，只要后面那个最大的，就跟不重视幼儿教育一

样。

因为缘起上很愚昧，他不晓得怎么搞。真正懂教育的人，他知道小孩最切近的这一步，知道怎么样吸引他的注意力，再进一步把他的欲乐熏发出来，这就是确立志愿问题。这个搞好，他一生都在这上面进行。就象开车的时候，他一开始的启动和方向最关键，这个一掌握好了，上了路是不用太费劲的。因为前行准备好了，各方面的因缘条件全部都整治好了，违品遣除了，动力蓄足了，燃料也有了，一踩油门他就一直顺着这条路进行了。

如圣勇云："得何能下种，度生死彼岸，妙菩提胜种，胜于如意珠，功德流诸人，谁令此无果？"

得到什么能够播下度越生死彼岸和妙菩提的胜种，这样超胜如意宝的暇满人身，就从这人身里不断地流现功德，谁让这样的人身空无果利呢?

这是一种修道人的信念，要从现在就开始培养。世间庸俗的话不要说，庸俗的事不要做，庸俗的书不要看。那些熏染多了，就成了世间庸俗的观念、语言和做法。那是非常熟悉的，现在就要让它越来越生疏。怎么生疏？就是要绝缘，不要去沾染。佛法上这些高尚的为道的情怀要逐渐地在心中养育，让它越来越熟悉，以后就经常都是这样想，这样说。

见到这一颂就反问自己：我在生死流转里面，得到什么样的身的时候才能播下殊胜的种子？其它的身根本就没有可能性，为什么

呢？因为这里要播的就是解脱和成佛的种子，如果没得暇满身，根本就发不起这种善心，即使在你耳边说，你也难以领悟。现在因缘具备，心力堪能，意乐很调顺，尤其是相信法是一切白法所依，特别想修法。

法一来的时候，他的善因就启发出来了。不必说思维和修习，光是听闻，就能极广大地增长善根界。界就是种子，就是每一次都能启发出很多菩提种子。这就是因为人是非常超越的，他的智悲的潜力很大，只要一听到表诠的文字，心里马上就会知道什么叫解脱、菩提。就会发心，我一定要求解脱果，一定要得无上菩提。不仅是自己，而且也能发心把尽法界一切有情都引导到菩提果地，像这些心都能发得起来，它就叫做菩提胜种。

就自利来说是度越生死彼岸。修学了下士、中士的法类，逐渐就看清楚了生死的状况，对于这个杂染的缘起已经完全确认了，这时就启发了求解脱的心，这个就叫做度生死彼岸的种子。

什么样的果都是由于现前一念的发心、欲乐而来，他已经发了这个心就表示有种子了。这个种子会趋使这个人不断地行持这个道，这是非常稀有的。他要能遍观整个三界六道的情形。旁生连一小分的情况也摸不清楚，因为它根身上的障难不知道应取应舍，人类当中有障难的也是如此，天人也是如此。

所以现在第一位的问题是，人很容易入取舍之道，就是他有一种明见利害的深远的眼光。一再说了，人身的殊胜不在于其它五根，其它五根的功能并不发达，唯有意识功能十分发达。意识就在于能够思择，所以在本论一开始要启发观察修就是这个道理。人观察慧

一启发出来，他的意乐就来了，行为就随之而调整，他就能确立志愿，能够励力摄取心要，这都是基于观察慧的作用力。观察慧最关键是第六识，要把它转成观察慧，一旦明辨了世间出世间的差别，就可以启发出度生死彼岸的意乐和行为，这就是在人的心中播下了殊胜的种子。

再进而观察小乘和大乘的差别，唯求自利和以利他为重的差别。这时就开始为一切众生而发菩提心，为一切众生求无上佛果。那里他的智慧已经看到了大菩提，他唯一取这个果，不取小乘涅槃。大悲上面，他看到了茫茫世界里的众生全是累世的父母，而且处在极大的苦难当中，他的慈悲心能启发出来。以慈悲为根本，再进一步就出现了增上意乐，然后发起菩提心。这个世俗菩提心一起来，就是这种求菩提的欲一起来，那就是播了妙菩提的胜种。这以后他受持菩萨戒，整个心就入到了三世佛所走的大道里。

这就是人身的宝贵处。如果人身不去实践解脱和成佛之道，却去求取名利、享受，那和畜生有何差别？所以在观待究竟利大这一科里，一开始就要抉择清楚人和旁生的差别。人的宝贵处在哪里，人生的意义何在？这是一个必须常常在心里想的问题，这个一想清楚才能理解到，“毕竟义大”这四个字的涵义。那时人的心里就开始求毕竟的义利，就是这里说的度生死彼岸和成就殊胜菩提。

由前三句就成立了我们这个人身超过了十万如意珠的价值。如意珠表示能够如愿地出现所求的物质财利，而这个“胜”表示从人当中能出现法。这上面关键要分出法和财的差别，所以现在是求法。那么什么宝贝里面能出法呢？就是这个微妙人身，下至于一天当中

不断地出现法上面的财富，从内在不断地流出殊胜的意乐和行为，或者从这启发出智悲，这些都是法的内涵。它是无比深远的，它是超过一切的。财只是暂时的其它根的一种享用，暂时的五欲享受。

它是外在的，不牢固的，不可依赖的，毕竟来说没有什么利益的，反而有无量过患。这样一比才知道，原来我这个身体确实无数倍超过了如意珠，这都是从毕竟义大来说。

再说“功德流诸人”，这是讲胜过如意珠的相。如意珠是应乞愿者的乞求能够不断地流现物质资具，而这个人身宝也是应人的法上的欲乐，不断地流现出功德来，其实它也就表示人身堪能。在这上启发出欲乐来，就随着你的欲乐有多少，不断地出现善妙的功德。它有这样一种色法如意宝的特性，如果你善用，就能源源不断地流出功德来。

这么一想，确实这是无上的妙宝。你只要仔细看看这个身体，不要从肉体上去看，要从心相续上看，由于它是无数优厚的条件组装起来的，这都是过去累世做过无量的积资、发愿才造成的。就像人类经过上百年的共同努力，现在出现了功能非常优越、高速的计算机，但是那只是一种物质的产物，它也只能提供一些外在的便利，哪里能比得上人身如意宝呢？人身宝的价值就在于能修法，电脑不可能修法的。拥有多少财富，也只是外在的享受，不可能出现一点法的内涵。因为法是内在的道，是很深密的缘起，必须有人的素质，才能够发现这里面的妙道，而且成了在自心上的修持和受用。

看起来好像容易，这是因为因缘会合了当然容易，但是要在其它的身份上去看，连一刹那也启发不出。就在人类当中也必须要是

一种圆具德相的人才有可能。世间的例子来说，有些人非常喜欢干活，但是他一读书就头痛，为什么呢？前世慧资粮少，所以他一看到这个就摸不清，干活上面他反而心灵手巧。可见他在学法上智慧力不发达，那就没办法。像这件事它的意义太深太远，必须无量世在法上熏习，积累非常深厚的善根，一碰到这种非常深密的法的时候，才有摄取能力，有开发能力。一碰到的时候有很大的引入能力，而且心上可以就这样不断地开启，这个确实是如意宝。

所以我们不能看轻自己，然后要有一个真正的自重。这个自重跟我爱执是两回事。一般的自尊其实就是我爱，就是所谓我的尊严，我不能够被贬低，我不能够被冷淡，谁都不能说我一句，或者不能把我放到下面。那个是个非法的事，而法上的自重就是认为，我既然得了这样的暇满身，我怎么能让它空耗？人已经出现了正直的心，确实是以缘起的道来要求自己，所以一旦违背了这个缘起，他就无法忍受。这样的人是一种随法的人，他的性格全是法上的。那种是没有入道的人，他的性格全是非法上的，所以他的爱、恨都是缘着这个自我在转，而且都是世间的一套价值观，世间的一套看法。但这个是个法上的认识，他的喜忧，自尊自重，珍惜欲乐等等全是法上的。你不学法，不会有这样的心，也不晓得。它是个缘起法，你顺着法道开启了修心之路以后，这些心就会不断地出现，它叫无颠倒心。如果没有进入法道，就全部都是颠倒心，它没有法，那个上面一点法的气味也没有，还不就是我的面子，我的利益，我的什么什么等等，他的一切看法和行为反应都是这个。法上连涵义都不清楚，哪里有什么性格？

所以现在学暇满，就要发展出念暇满的心，要有那种心念和性格。比如懂哦瓦格西就已经出现了取心要欲的性格，珍惜的性格，那个性格就很强了，在任何处不容许不修法，不容许这样空过的。世间人求财求色，一旦欲乐加强就是非取不可。提到有发财机会那就充满了斗志，争取的心力十分炽盛。所以修法的人一直就念着这个法。进入整个的修心次第以后，确实噶当四依法会在心中出现。就是一个修法的人，他念念就是法，说什么就是法。而且他的抉择力非常强，看得一清二楚，凡是非法都没利益，凡是法都最好。应当说他的性格比求财的人来得更加坚固，他的誓愿力时时会从心中起来，而且它是正面的心。誓愿力一旦起来了，那就无法阻拦。所以我们说，要一路完整的修下去必须要出现大心力，就是这个道理。

思维心中的法道

1、 思维获得暇满不修心的过患，以此理决定现在必须依法修心。

2、 思维取心要欲的真正含义，它对依次第修菩提道有什么作用？请归纳培养取心要欲的方法，把它用在自己的心上。

3、 思维获得暇满如同获得了如意珠的意义。

《入行论》亦云：“得如是暇已，我若不修善，无余欺过此，亦无过此愚。”

得到这样修法的闲暇，我如果不修善，就没有比这更大的自欺，也没有比这更大的愚痴。

通过后面的两句，要思维，为什么这是最大的自欺和愚昧？

“欺”就是骗自己，认为不用修善，求其它的世间五欲等更有利益。

有人说不是啊，我没有那么想！

其实潜意识里你就是这么想的。譬如已经知道眼前放的是毒药，你绝对不会吃，面前如果放了十亿美钞你肯是要取的。这就是已经明见了利害马上就有趋向和避开的行动，这是非常干脆的。现在所谓“欺”就是自己的认知在骗自己，因为并不认为善法有极大的利益，因此没有像求财、求名、求安乐一样强烈的欲。同样，不认为世间法是穿肠毒药，所以仍然甘之如殆，这不就是自欺吗？把恶趣的因当成有意义事业，把葬身险崖的奔驰当成是奔向乐园，那是在骗自己啊！心里面有个声音一直说：一定要到那里去，那里有很多美妙的享受，很多好玩的游戏，一定要争取到那些好看的、好吃的、好玩的。或者认为：这么活着是多么快乐、舒适，就应该这样放松放松，何必那么紧张！修法可以慢慢来，现在不要着急！或者：还有后天、大后天，还有很多日子呢。这些想法就是在骗自己。如果你有智慧就该知道，这是在说狂话，你已经被它骗了，因此就会发生行为的错乱，偏偏要去取非义不取真正的大义，这就叫自欺。

“愚”是指根本不会分辨利害。如果真正晓得，一看到这是无上的价值，他肯定要去摄取，肯定不会白白的空过。但是愚蒙的人即使面前有无数个宝贝，他就是一动不动，不知道主动去取，这就是一种无知的表现。

我们因为知见上中毒过深，会不敏感，这都源于愚蒙，表现在对善法没有求取的欲。如果中毒不那么深，法身的机体一定会很敏感，稍稍一提就能出现欲乐，马上开始行动。但是现在多数人都是麻木不仁的，可见现代的邪法中毒症很严重。

人们都对五欲世间法非常有兴致，一说起来就眉飞色舞，相应的心和行为很快就表现出来。但是到了法上，说很多都无动于衷，这就是善心被固蔽了，中毒过深。因为输入的东西都是邪法，以邪运作使整个一套系统都跟善法相违，不匹配。所以它一来就障蔽善心，熏得越多，善心就越难流露。

譬如自大狂就是自我、尊严等观念熏多了，完全抹杀、固蔽了诚敬心，因为这两个是相反的。多说几句就不能忍受，忍辱也没了，柔顺也没了；必须得冲在前面一马当先，必须得搏一下，争取这个机会，那么谦让就没了；一切都要以自己为中心，那所谓的随顺他人就没有了。口头上说着关怀照顾，实际上这些是用来粉饰的，心里从来都没有为别人想过一个刹那，这是为什么？都是自我为中心造成的。

这样才知道，原来我的心很愚蒙，因为它很痴呆、麻木，毫不向善，所以听到暇满的法教心里也没有触动，得了精神麻痹症。这个病症需要解毒，然后它才能慢慢地舒缓过来。就是自己要衡量一

下，这不太正常，为什么呢？因为照理来说，一听到这个他应该有很大的反应。就像一个医生给藏汉两族的人看病时，他发现藏族人见效很快，药不用太多，一下子就恢复了，但汉族人好几倍的药下去，还是没有太大效果。就是因为身心中毒过深，心思也不单纯，但邪反应很强。

反过来，如果对恶法没有兴趣，人家说世界杯足球赛已经开始了，打开电视就能看到，你还不去看啊？这个人坐在那没什么动静，为什么呢？因为他解毒解得好，对这个已经没有欲乐了。另外一个人的表现是全身的细胞都在颤动，眼睛盯住，竖起耳朵，意识的猴子牢牢抓住荧屏，这就是摄取欲。对这个球赛中毒者讲善法是多么好，人身这么难得，我们应该多修法啊！他会有什么反应呢？或者是翻翻白眼不理你，或者当你是外星人。表现出极度的愚蒙。

我们从这里要吸取教训，要知道自己的状态，这些都是该骂的地方，不骂不会清醒。要知道，古德都是这样骂自己的，因为你心里有两种心，不骂就随着惰性走了，人就立即沉沦而不自知。所以人很容易堕落，但一般人不晓得自己天天都在堕落。这样呵责了以后，就提醒了自己，就提起了善心。

能这么做也是善根的流露，他已经不甘心这么混过去了，这是很好的反应。就像扎针扎到病灶，已经有了反应，这是好相。如果扎上去一点反应都没有，那是非常不好的，表示病得很深。所以不能说不扎，扎了很痛。

扎得痛好啊！表示气血在流通。同样的，有反应这就好啊，前面《本生论》已经说了，法的镜子一照，心里要有热恼，知道我这

也不如法，那也不如法，好丑陋哦！这是好现象啊！不然你听法干什么？这一对照就知道有要改进的地方，在这个上面能及时地去改，就已经有进步了。这样才可能改心，把一个颠倒的人改成一个真正的修道之士。

这个转换是非常重要的。完成了就由俗变成道，由非法走入了法，以后这个人就是依法的人，最后他自己也变成法了。这就是实现了由教法到证法的转换，一切非法的东西全部倒掉，甩得越早越好。

没有完成转换，就是半俗半道，或者七分俗三分道。他心上修法的机制没出现，或者没有真正完备地建立好，因此他心里的车子没办法一直往法道上奔，经常会乱拐弯、跑歧途，然后退转，各式各样的。所以可以看到他日常的修行很不稳定，甚至一点都没有。但很会自欺，他已经落在根本无修法的状态，可口里还是吹得很高。它其实是世间法，是一种好名的心在那儿不断地起作用，然后用佛法伪装起来，其实那上面一点法都没有，实在很要不得。所以，你不能识破自己的伎俩，这个就叫自欺。

“若我解是义，愚故仍退屈，至临命终时，当起大忧恼。若难忍狱火，常烧我身者，粗猛恶作火，定当烧我心。”

前一个“愚”是无知，不懂取舍，表现为麻木、没有行动。后一个“愚”是无法战胜自己的惰性，知而不行。

这里进一步教训自己，我已经了解了人生的大意义，知道有截

然不同的两条路，一条得解脱成佛，一条堕入生死苦海，但还是这么愚痴退屈，不想进入。

人就是这样，明明知道但还是不肯去做，为什么呢？就是内在的阻力太大。所以在这个时候就必须逼自己，不逼他就睡大觉。

所以是这样厉害的，修法确实不能护痛，那个痛就代表你过去的瘤子，不敢割，它就还起作用，敢割，它就能消除。同样的，心里的很多恶习不要护着它，一护住它就起作用，你不护着它，咬紧牙关冲过去，它也奈何不了你。所以修心上很多事情都要咬紧牙关冲过去，它有很多考验，很多人经不住考验就上不去。

就好比要戒毒的时候是很困难的，不克服就仍然被它打倒，被毒瘾控制。多少人连戒烟都过不了关，他很清楚抽烟腐蚀内脏等有很大的过患，但是仍然退屈，做不到。其实也不是做不到，就是下不了这个狠心。多少人都知道法好的，非法不好，但就是放不下对世间的求取。很明显，你已经知道了，一个是在吃毒，一个能得无上利益，为什么还不去做呢？就是愚昧，也因此延缓了无数劫才能成就。

这是由人的一个决定或者一种心态造成的——在法上不够勇悍。在这里要通过思维因果来教育自己，这个教育每天都要做，这叫修心。关起门来自己独自地思维，其实就是不断的教育自己的心，“常作自心之善师，一切所作当具义”。怎么做老师？分成两个人，一个人对另一个人说：你觉得这样行吗？你现在这样一点义利不取，荒废时光，到了临终的时候会起大忧恼的，因为该修法的时候不修法，多少的光阴都这样浪费，而且造那么多罪业，到时候你就

苦啦！到那个时候，难忍的地狱火常常焚烧你的身体，同时非常粗猛的追悔火一定会烧灼你的心。

确实我们要看到人非常顽劣，尤其现代受过邪熏的人，确实心跟封住了一样，就是我们常常说的都已经成了牛皮了。被骂一顿仍然脸不改色心不跳，为什么呢？因为已经坚固了。所以现在老师也没办法，因为这个孩子的邪习已经太重，无论说多少他都是冷眼看待，他的善根不会动。

我们也是不断地在说这么好的法，但是也看到我们的心很顽固，很刚硬的，它自以为是，我行我素。对这个就要骂，就要打。实在不肯动的时候，就啪啪打自己两个耳光，这样去教训它。教训了以后，那个很硬的心变得柔软才知道悔过，才知道“哦！我错了”。在开始的时候他头昂得很高，而且那种邪习气是非常强硬的，他连低头认错都不会有，更不会悔过。因为非法有一种坚固的作用，会使心越来越僵硬，越来越刚强；正法一来会使心越来越柔软，越来越调顺，这两个是根本不同的。

你看看那些邪法熏染严重的人，流过几滴善心的眼泪？那种人造恶一辈子，到了最后临死良心发现的时候，心里都是追悔不已。所以看看很多死囚的遗书，他们都是说，如果再给我一次机会，我会怎么好好做人，怎么善待我的妻子、女儿，我会好好怎么怎么样。他那个时候才倍感人生的宝贵，但是已经没有机会了，他还是流泪，还是会悔恨。虽然他没有佛法里这么宽广的视野，但是这个意思跟这里说的多么相似。我们如果每一天不这样善待自己的人生，不这样珍惜，那到了临终的时候也一样后悔，那时候会想，悔不该当初，

如果再给我一次人身的话，我会好好地怎么样。

人总是在失去的时候才后悔，所以“常将有日思无日，莫待无时想有时”。刚才这个囚徒的比喻非常容易契入，现在就观想：我的房子是一个黑洞洞的监狱，这里面很苦的，已经宣布再过几天就要被枪毙。回思往日，这个人生过得多么罪恶！如果再给我一次机会的话，我会好好地做人，我会好好地尽孝，会好好地善待我的妻子，关怀我的儿女，乃至对全世界任何一个人，我都会发自真心地去利益他们，……，但是为时已晚，但愿来生吧！

然后想到，我坚决不要像那样，那是太愚痴了。

现在已经知道了，还这样往错道上走，那临终肯定会这样的追悔。那个时候将被关进更加可怕的地狱里，受的刑罚是更加可怕的烈焰焚身，全身每个细胞都在炽燃，连人形都见不到，是那么苦。那个时候肯定有猛利的追悔火焚烧着我的心，我一定会想，当初有机会的时候，为什么要做这样的事呢？我太愚痴了，真是后悔死了。

这个人生的意义跟囚徒来比，要大无数亿倍，所以那个愚痴的程度也不是一样的。应该想，当时的每一秒都比万两黄金还要珍贵，而我却大把大把地丢弃，好愚痴啊！如果我当时能好好修法，就能往生净土、就能得大成就，我就能实现佛果，得到生命最大的意义了。但是却因为不珍惜，因为愚痴造了那么多的罪，放任自己起烦恼，作各种非理的行为，我太愚痴，没有比这个更愚痴了！

这样反反复复地去想。想了以后，就开始对以往的颠倒行为非常地悔恨、自责。就像伊庵禅师，他一到晚上就流着泪说：今天又这么空过了，不晓得明天的道业如何！你看这是一个为道的心，这

种善心起来了，非法的心就根本没有了，庸俗和邪法里浪荡的心马上就收拾掉了。他善根很厚，不仅这样忆念，而且一想起来都这样流泪。有人认为你怎么流泪？这是法上的情感，你们还没有体会。

就象一个好财的四川人做生意，一个烟头不知怎么的扔到了油桶旁边，一下子就着火了，整个一条街的小卖部全烧光了。肇事者家当然也是焚烧一空，他的老婆就在哭啊。我们会感觉她为什么哭呢？因为这个女人好财，好几年的辛苦全部没了，变成一个穷光蛋，所以她就会哭。她哭的是财产的损失，伊庵禅师哭的是损失了这样的暇满，没摄取到法的利益。这就是人有个志气。

如果没有这种心，会觉得很奇怪，我们玩得这么快乐，你哭什么。他正在那儿歌舞狂欢，一天不够，争取玩个七天。但是你看，慈明禅师一边用锥子刺自己的腿，一边说“生无益于当时，死无闻于后世”，这样责骂自己。他就是有大志气。我一个大丈夫怎么能这样空过，行尸走肉吗？这就叫无上的志气，没有这个是不能成道的。

但是现在很多人这一关根本没过，为什么呢？因为只要把庸俗的事情往面前一放，马上就趋之若鹜；把法往面前一放，他丝毫都没有想法。这有多少差别呢？唯有献身于佛法的人才能成就佛法。心上的动机根本不对，轻视佛法还能成就佛法？你尽量地舍弃修法，还能成就佛法？这不是因果律倒乱吗？

所以，现在关键的问题不是忙后面，是忙前面，前面因为没建立，不要说最高的修法，连下士断恶行善的欲都没出来。出来了以后，决定像过去古人的行善欲乐那样，他就认为为善最安乐，天天

不断地就是摄取善行。虽然见解不高，但是欲乐是真实的，所以他不会去求财，就是这个道理。他碰到什么善事都要做，那表示他对于善的信念已经超过了财，他一辈子确立的方向就是要行持孔孟道德，不是别的。虽然这个道只是人天的道，但是也属于法道。这样就是有志气要做圣贤。所以有没有希圣希贤的心？如果没有，就称不上士，因为连一个向往都没有，还谈什么？一切都不过是粉饰自欺而已。

“难得利益地，由何偶获得，若我如有知，仍被引入狱，如受咒所蒙，我于此无心，何蒙我未知，我心有何物？”

“难得利益地”是指人身，它叫利益地，就是已经到了这个地方，只要争取，会出现无数的利益。从前没到这里那是无数的损害，做的都是摧毁自己的事。

有人说怎么可能呢？我还会损害自己吗？你要是不识法道，就尽是在损害自己。我们认为得到了很大的意义，其实根本是无利义。真正能够发生利义是得了暇满以后，内因外缘都具备的时候，由听闻正法开启了明见道路的心，才真正走上正道，在这之前都不算的。

思维暇满才知道生命的道路上，自己才刚刚诞生。所以如果有人问你几岁，你要回答我才降生两天。因为刚刚开始知道生命的道路该怎么走，才刚刚开始成为一个修法的人。所以这个“利益地”就表示暇满具足了，在法上的契机已经有了，因缘一会合，首先启开了眼目，见到道路，然后出现了欲乐，开始摄取利益。在这之前

都不算数的。

“难得”表示无数亿分之一的比例。就像在须弥山下放一根针，从山顶撒豆，这个豆子刚好叠在针尖上，有多难。其它的全部都在针尖之外，这就表示，不断地出现法之外的因缘，所以他的心全部都散落在各种非法的因上面，因此感召的全部都是非法的因缘。法的因缘只有由法来感，不可能由非法来感，但是人的邪心太多了，导致无数次在各种颠倒的邪道里飘荡。

我们以一个人为例来观察，他从小一直到死之间，在他内心的屏幕上不知道闪现了多少念头，但是没有一个是法道上的心念。你就看到他不断地在贪嗔痴、杀盗淫等的邪道上奔，多少个念头、多少种行为全部都在非道上走。这样积攒的这些种子，足够使得他无数生都在无暇处飘流，始终难以触到这个机缘。而暇满则表示一个非常圆满、密集的修法因缘的显现。这样经过锤炼就能够转到圣地，得到解脱和成佛，这要有多少因缘会聚啊！缺少一点也没办法长成，这就叫难得。

“由何偶获得”，它是无因而得吗？显然不是。每一分都是由因决定的。如果对因果律生了信，就知道每一个修法的机会都是由前面法上的因缘来的，绝对不可能有一分是无因的，也不可能来源于非因。就暇满而言，乃至出现一分法上的因缘，都是由对应的因而来。如果认为是由一些非法的事情感得法缘，那非法的因搞得越多修法的机会就应该越多，但这是绝对不可能的。

如果明确了这一点，就知道该怎么在法上发愿，因为这决定了未来的去向。一旦落到非法上面，就要十分警惕，千万不能做，因

为以这个因缘，有可能很多生都跑到邪道上去，所以丝毫都不能沾，就如同梁武帝说的，“我哪怕在正法里堕地狱，也不要入黄老之说”。他不要入道教的意思，因为那个很险，一进去了就一直在世间道上不断地转，这就是了解了人生的大义。

因果上要反复推敲，才知道法的路线如何，一旦抉择得非常清楚了，你的誓愿很坚定，珍惜心会很强。这个珍惜心就落在法的因缘上，即使只有一分，也想要结个缘，要在这里尽心尽力地摄取，尽量沾一点，这有无上的意义。其它非法的因缘，会发愿自己生生世世不遇邪法，不遇邪友，不要身旁有这些东西。

有的人说怎么这么固执，学成这个样子。他根本就不懂，他的那种所谓的自由派完全是缘起的愚昧。

这样通过缘起的检视才知道“由何偶获得”！确实现在得到了这种机会实在是难得啊！确实是黄金时光，没有比这更好的了！它是过去经过无数劫的积资努力才得到的，经历了千生万世的辛苦才得到今天这样一笔财富。这是内在的财，完全超过了外在的，是别人看不到的。即使家徒四壁，但因为时时能修法，时时能摄取法，所以我这个暇满人身真是个大富翁啊！

今天正是可以得一场胜利的时候，能够真正恢复佛性的时候，能够真正得到无量法财的时候，怎么能放过这个机会呢？如果我已经知道了，还是这么蒙昧，无动于衷，在法上根本没有摄取的心，还是无意义的庸庸碌碌地混过去，那到了最后还不是穷光蛋一个，被引入了轮回的监狱。我是不是被恶咒蒙心了？我怎么能成这种法的痴呆症呢？我怎么没心啊？我已经没有理智了吗？我的心被什

么给固蔽住了?

这就好比本来一个很正常的人，一夜之间就变成了木头，什么反应没有，那他是怎么了？是中了祟吗？是着了魔了吗？你看说什么的时候他没反应，你是谁啊，他不知道，该做什么，不知道。就像这样，如果我们已经知道这样一个大义，然后对此什么反应也没有，那是不是得了深度的痴呆症呢？要这样常常在心里审判自己。

所以这个心是需要自己去调整的，不能放任，它上面的坏习气太多了，怎么能放任自流呢？它是根本不可靠的，不但不可靠还有无数的错乱，无数的自毁自伤的行为，它就是一个疯子。如果一个疯子拿着刀要杀人，你马上就知道要管制他。旁边人也说：他的行为太可怕了，一定要管住他不能放出来，如果放出来他杀人怎么办？或者他睡在街上被车压死了怎么办？或者他发作起来乱砸东西的。大家都很害怕。同样，我们心里就有这样一个疯子，有时是文疯子有时是武疯子，有各种各样的表现，文疯子痴呆，武疯子要自损损他，所以必须得管制，必须服法药让它清醒正常。这个事情就只有自己才能帮自己。

思维心中的法道

1、 分析今天讲到的《入行论》的教证有几层内容，对每一层内容以理思维、断定它的含义。

2、 反复思维，在对待暇满的问题上，什么是真正的、最大的自欺和愚昧，以什么方法才能真正断除这种颠倒呢？

3、 把自己代入到死囚的身份中，思维不珍惜暇满空耗一生的憾事都有哪些？为了不留遗憾，现在我们应该怎样度过每分每秒？

敦巴亦谓慬哦瓦云：“忆念已得暇满人身乎？”慬哦亦于每次修时，必诵一遍《入中论》颂中：“若时自在转顺住，设不于此自任持，堕险成他自在转，后以何事从彼出。”而为心要。应如是学。

敦巴跟慬哦瓦说：“今天忆念过已经得到暇满人身了吗？”看到这句话同样要用它问问自己，因为不忆念就想不起来。在这件事上最好死板一点，每天规定必须提醒五次或者十次，不然养不成法的习性。所以一开始要不断地忆念，要数数修。说道理很容易，但真正检查时有几个人这样做过呢？可见是很不容易。

我们观察一下，自己想没想过我已经得到了暇满人身？没想过。甚至不认为这是暇满人身，或者暇满人身什么意思，这个太抽象了，我无法想像。但是你读大学的时候，会不会想我现在已经是大学生了？你还是会想，我现在已经进入大学校园了，我应该好好学习。当然没善根的是例外，他认为终于上大学了，可以不用刻苦读书，可以脱掉刻板的校服，可以奇装异服，可以谈恋爱，没人管束，终于自由了。这是不同的人有不同的想法。但是因为法道上的事非常深远，一般人不容易触及，它要发展就要把刚才说的比喻移过来。现在已经有了暇满，但是因为没有氛围，所以对此比较难有切身的体会。我们看世间的大学，大门口挂着校徽，校园里各种各样的形象标志都在显示这是大学，人们口里都在说我们这里是大学，学生们已经非常肯定自己的角色是大学生，是高等学府的宠儿。有志气的人在这四年当中常常会想，我现在好不容易上了大学，这里条件很好，是极宝贵的求学机会。因此他就一心投入在学业上。

这个例子懂了，思维暇满的路线也差不多懂了。但是真正修起来，还是比较难，因为没有校徽那样标志性的东西在眼前晃，意识里面也没真正形成这样的深刻观念。你坐在这里也没感觉自己已经到了世界上最好的高等学府，你看这个书的时候，还不像看高等物理、高等数学那样心动。可见我们的善根还不够，照理来说，你应该有比那个强一百倍的心才对。

前面说摄取心要，用求财求色来比喻，这里忆念暇满就好比上大学，常常要想我已经考进大学了。因为暇满的意义要大无数倍，一般很难想像出来。如果不举世间例子，更加会觉得"忆念已得暇满人身"这个太抽象，不晓得怎么想。或者看到这个的时候情感出不来，心不动。就是因为它深了，而人比较容易接受浅近的事，其实外法、内外两个东西可以对应的。如果实在想不出，你就想：我已经到了佛教大学里，这个时候充满了学法的机会，我要在自己清净的关房里修法，开始一点一点地修，这很难得啊。就这样想。

上大学是从小就开始熏染的，身边有很多这种信息在播种子，十多年里播了无数的种子，所以好乐的心就很强，这是熏染过深的缘故。但是暇满才刚开始想啊！等到真正熟练了，也会生起同等的追求之心，而且更纯更大。你不是生在佛国里，如果是生在佛国里，从小熏的全是暇满等的观念，等听说世间大学时一样感觉很陌生，什么叫大学？不清楚。大学是什么东西呀？在那个里面是干什么呢？等等。

这就是习性的问题，对我们来说，难度很大，特别需要再再地串习，原因就是太生疏，所以前行的量要加好多倍就是这个道理。

首先就要意识到这一点，不然就难以成就。尤其是很多人都是人到中年才回头来学这些本该在六岁时从佛教小学课堂里就学会的东西，现在已经四十岁了，还要回到一年级的课堂里来学，你说是不是更难？所以，没意识到这一点，你觉得太容易，最后肯定出问题。所以既不要畏难，也不要认为太容易。

实际上这就是一个善心，以这个善心要提起取心要欲。你不想就根本没这个心，现在修得这个心就常常要问，这个善心起来了吗？这里的善心就是忆念暇满的心。

只要内在的观察修起来了，他就开始时时指导自己的行为，这就叫“常作自心之善师”。现在的老师们每一次教的课都不一样，但如果你能当自己的老师，那么你要修什么就一直只教自己那个。

现在要学暇满，你就要教里头的小孩暇满的修心法，常常督促他，你修了暇满吗？你忆念暇满了吗？这就好比父母督促孩子，老师交待的作业做了吗？你要不做，考试的时候考不起啊！等等。同样，我们每天要做的作业就是这个，老师说忆念暇满每天要忆念一百次，你就告诉心里这个小孩，你做了暇满的作业吗？他说没做。你不能放任他，一放任他就彻底放弃不做了。那怎么能修成呢？过去学数学的时候要练多少道题，同样的，这个暇满你想了吗？你不想的话也是不会的。如果已经想会了，以后就知道要这么修、这么思维。碰到相应的境就有能力，因为在那种时候你能掌握自己，能运用这个法在心里思维调整，能马上把自己的心纳入法道。最后就全部都是这样的观念行为，说话也是

这样说，在一段时间里全部都是佛法，那么最终世间法就一个也没有了。

我们的心需要重新组装，一步一步地把正法纳入进去，把它楔到自己的心里，一旦切合的时候，就表示已经有一分安装到心里了。不断地装配进去，就组成了新的法道系统。过去的那些要逐个地剔除掉。怎么剔除？首先在观念上就否定它，之后时时警惕、呵责它。它稍稍有点动作就要骂，然后把这种心毁掉、破掉。好的要鼓励、支持、随喜、发愿、加强，这样它就成功地安置在心续里了。如果能够变得快就天天都有进步，天天有新的气象。所谓日新又新，要这样不断地去检点，我们就在法的道路上前进了。

如果这项工作没有真实地进行，那无非就是个旁观者，无论谈得多高妙也与自心无关，这很危险。因为在口头上谈论得不论有多高，但是里面仍然可以纹丝不动，这有多危险啊！这就叫自欺，其实你在法道上根本没有实行，却高谈无上道的事情，这又是多么可笑。

这里懂哦瓦代表一个非常好的修行人，表示我们的心受教育以后，演变出来的状态，我们就应当这样学。看到懂哦瓦这句话，你就要发誓，我一定要学到像他这样，不学到这样我誓不为人。如果你有这样见贤思齐的心，就像前面说的，我立志以惹珍的诸尊宿为榜样，我是向上仰望。这表示他是向上看的，他不是看下流，那个叫有志气。如果知道了这句话，就开始学，而且学到了，就表示你很会学法。这不在于多，在于真修实学。所以什

么叫做精彩的人？就是他看到了古人的行为，就真正学到古人身上的东西，这就叫精彩。

如果学了很多都只是口头的表面功夫，谈起来天花乱坠，一检查时一无是处，这种人不是我们效仿的对象，不是我们的所学，那都是虚假的表相。整天依靠书本不断地在知识上升级，那不是实学。所以如果有好学的心，就要把这句话反反复复地在自己心上去想，去对应，没学到就不放手。如果你这样学，那确实每一天都有功课，都有个标准。学没学到要看心，心上有了表示学到了，心上没有就是没学到，还要再加功，再加一把力、再加一把力。一旦缘起的道路已经确信了，你会有自信、会有恒心的，一次不行多来几次。很明白是自己障碍重，但是坚决不放弃，还要精勤地积资净障，发愿，然后在这上面永不懈怠，永不舍弃。这样一心在法上精进，必然能得到成果。功夫不负有心人，天天这么想，怎么会想不出？所以说，彼既丈夫我亦尔，敢不勉励勤修持。

你看懂哦瓦是学法的人，敦巴仁波切问他的时候，他的答卷交得很好。不像我们一被问到就躲躲闪闪，最好是不要问，因为从没修过，只是听听。但是懂哦瓦得到这个教授以后，每次都要修，而且以此作为修前的方便。这符合正轨。因为暇满是放在修心之前，首先起一个取心要欲然后进入修行，这时人的心就端正了。而我们不是这样：那个最好不要，我们直接念就行了。但实际上很多时候就是无心的念，甚至是气急败坏地尽快念完，念完就交差了。你看，这是修行吗？

懂哦瓦在修法时都是要想一下《入中论》这一颂，他觉得这一颂在念的时候容易起心，所以以这个为心要的窍诀来修。当然各人的情况不同，你依这一颂也好，依别的也好，总之，念时心马上能相应的就是适合你的。念来念去，心里根本什么都不起，那有可能就不太适合。

《入中论》这一颂的意思就是，如果某个时候有修法的自在，处在顺境当中，什么都很方便，如果要修，一整天都能修。在这个时候如果没好好把握，到哪一天这一切都没有了，你堕在恶趣险难当中，被业缠缚，身不由己，那时一点自在也没有，就只有受苦的份。

那时外面没有人传法，也听不到法的声音，自己内心里也苦不堪言，在极漫长的时间里都难以出现一念修法或者缘在法道上的善心。从因果上衡量，那么多个颠倒、迷乱、焦灼的念头，哪里是感得正法的因缘？那就叫做从黑暗入到更黑暗，从险恶入到更险恶。就像一个沉重的东西一下子沉下去，一直陷入深不见底的深渊，那实在太可怕了，那是没办法再爬出来的。

这么一想，心马上就畏惧得发抖，现在就是一个决定上行还是下堕的重要关头。就象一个人攀着山岩，旁边一条顺道一条险道，走到顺道上，就能很自在地到达顶峰，但如果走上险道，就有堕落悬崖的危险，这个时候，人都会非常谨慎地、唯一选择这条顺道。

同样，我们现在已经在法的安乐道路上了，这时要提起心：现在有自在，我要好好把握，每一分每一秒都不能空过，万一到

了没机会的时候，我一掉到了恶趣深渊里，那是万劫不复的。就要这么想，“常将有日思无日，莫待无时思有时”，在已经享有的时候要百倍地珍惜，不要到失去的时候后悔。现前的资源条件实在是太优厚了，跟其它的无暇相比，它的条件好过了无数亿倍，这个倍数要想得出来。就像世界首富跟一个在街头匍匐乞讨的残疾人相比那样。你想想看，一个是亿万富翁，拥有全世界的产业，财产受用应有尽有，随意享用。但是那个没有的人，讨一口饭都非常难，他躺在街头，饿得面黄肌瘦。他也没有任何的机会，因为他没福报。就好比这样，所以要“常将有日思无日”。没有的人身在八难里头，无数劫里一念得法财的机会都没有，而我们是亿万富翁，世界首富，现在身边法的财宝琳琅满目，能够随心所欲地享有，而且能够再增值、再创造，这时我不好好把握，浪掷一空，最后却因为满身的罪业堕落到恶趣深渊里，那个时候我就万劫不复了。

所以，人一定要有这种深远的眼光，就能发展出很深的心。那种看法跟世人完全不同，他是一心要法的人，这种心已经到了最强的时候，他会被夺走吗？难道会为了吸取一点恶趣的毒素，放弃吸收正法甘露的机会吗？那是何等的愚痴，那是最大自欺，那是坚决不能干的。

我们要猛利地发心：懂哦瓦是个人他能这样做，我也一定要这样做，我一定要学到他。这就叫学，就是学古德，学高尚之士。在法道上的心就是高尚的，在世俗的心就是很庸俗的、愚痴的。缘起上的判定要非常清楚，这上面要黑白分明，没有什么模

棱两可的。一般的人心混杂不清，一会儿法，一会儿非法，两个都想要，分不清是非，那是为什么呢？因为他没有智慧，看不清楚绝然有别的道路，也因此在心态上、行为上都不干脆，没有出现这样的一心为法的志气，这都是因为缺乏观察慧。现在就要通过观察来启发，一路走过去都是要去掉颠倒心，引出无颠倒心。所以说得一尺不如行得一寸，这里要仔细地体会什么是学。

如其观待毕竟义大，如是观待现时亦然，谓增上生中，自身、受用、眷属圆满之因——布施、持戒及忍辱等，若以此身易能成办。此诸道理亦应思惟。

首先是远程的观察，想一下，毕竟义大只有人身能够取到。这是极其深远的利益，包括自身以及一切有情彻底从生死的大苦海里脱出，得到无上果位，这是只有人能成办的大义。这是要看到远程路线最终达到的点，之后再把它缩短到现前一步，在当前的起步上要有一种增上生。修道不是日日退步，而是日日进步，每一次都有所增上。在没达到顶点之前的整个的进取，都叫做增上。你是步步增上最终才达到顶峰，也就是我们这样的人，从畜生性升华到人性、天性，然后才出现佛性。这是一步步升华的，这个升华的工作完成了，就叫成佛，所谓“人成即佛成，是名真现实”。

这里的“现时”就是说现前就应该开始转化。就好比我的最终目标是攀登科学顶峰，但眼前必须要把这个一年级的课程很好地学成，把每一道题、每一个功课做得很好。从远程上来看，前途是非

常广大的，将来能得无上的果位，从近前来看，现在能够完成每一步的修心课程。

佛法是在缘起上做，如果现时能摄取增上生的利益，说明在逐步地好转。如果学了佛，每天高谈阔论，但是现前的身体、事业、受用、眷属等等没出现好转，这不是法的过失，是人的过失，是你没有真正去做。

要摄取现前的利益以什么最有能力？就是以暇满人身最有能力。因为无一不是在缘起的正道上走，要出现现时的增上生的圆满，所谓的色身、受用、眷属是三个代表。因为人的果报上，处于中心地位的就是自己的身，包括了身心的各种状态。其次是他面对的境，这叫受用，这是他受取色声香味触法的状况。再者是以他为中心的一圈眷属。这个增上生到达顶峰的时候，就成了佛的色身、净土和眷属，这就叫止于至善。

在此之前要有一个不断增上、越来越好的趋势，有一种面貌的改变，这在现象上必须要看得到。在这里不要谈实相中本来平等，你病得唉唉叫和身心泰然是两回事，怎么能说是平等。在这上面显示了学佛天天都要有好转，首先就是心要好，心好了，身体就有好转，各方面的受用都不错，这是最起码的改变。善心是营养品，安住在善心里，饭也吃得香，觉也睡得甜，心也清净，做什么事都非常安祥悦意，别人跟你接触也感觉很好，气场不错。因为在他面前很得加持，心很安宁、柔和、舒泰，很多的浊气都化掉了，各种的污浊心理涤荡一空，这就是基本的。

心调好了，身体当然就安稳了，因为心是君，身是臣。所谓心

君泰然，百体从令。可见心是王，百体是它的部下，是它所指挥的各个部件。心君一旦泰然，那么百体从令，它就按照你的心很好地运转；心一下子慌乱了，造罪了，起烦恼，那就天下大乱。

所以，当今世界多数是烦恼病，今天视为亚健康，其实是人的心理不正常。有很多的竞争、焦虑、自私、欺骗等等，多数是伦理病。不守伦理，就表现出很多的病相，这都是业，也是违反因果律的惩罚。首先你的心自己惩罚自己，为什么呢？你干了坏事的时候，它就在惩罚，法界是公平的，你一做了好事它就在增长。所以增上，两个字的要诀就是“善心”，有善心它就增上，一有恶心就天塌地陷，在受惩罚，要知道缘起上必然是这样。

绝对没有一个人说“我行了善，结果我的良心受到谴责，使我非常紧张焦虑，心里翻江倒海”。其实真正是善心的话，绝对不可能有这种状态。凡是出现这种状态，决定是烦恼运动的结果。这个烦恼就是由愚蒙引起的非常鄙劣的习性，包括自私、我慢、竞争、嫉妒、伪装、欺骗等等，凡是遭报应、下堕都是因为这些。所以增不增上就在于心，天天心上有加减乘除，在这上面要体会缘起。

现在要讲到我怎么增上生？就发现其他八难中的众生，障蔽得太重，或者因缘偏离轨道太大，没办法开展。

有人说，决定胜确实是很难，增上生也那么难吗？是啊，是很难。以旁生为代表去观察，它身上能不能开启善心？所以单单就增上生都能知道人的珍贵。人已经脱离了畜生面貌，戴冠着衣，这就表示已经有了廉耻，有了法的内涵，而且能启发善心。就人类基本的特点来讲，他能够启发出五伦八德，能步入圣贤之域。按照佛法

的语言来讲，就是要实现增上生必须要有布施、持戒、忍辱等等。持戒能得人身，布施能得受用，忍辱能得眷属，推而广之就要知道，增上生的一切所谓的美好，绝对是由善心善行来的。我们只要经过一次的教导马上就能明白这个道理，就能懂：我应该发奉献的心，为什么呢？因为这个实在是对自己最好，付出的越多，得到的就越多，而且是成倍地得到。然后他又会想，我们做人要遵守律仪啊。尤其是一明白了缘起的道，他就知道恶是颠倒心，是要受惩罚的，善是不颠倒的心，是会得到奖赏的，所以善才是安乐之道。他马上就能安住在律仪当中，而且是不断地安住。

你想想看，一个《感应篇》其实就是讲人天善道，那么多的律条，人就能一条一条的辨别，还能够纳在心上修行，这容易吗？一只狗、一只猫能懂这些吗？它会不会去检查，我这么凶残，老鼠来了就杀它、吃它，我真是万恶不赦，所以我一定要改，不然会折寿折福。它没有这样的心，它怎么受律仪？或者说老鼠它肆无忌惮地偷盗，它不会想“祸福无门，唯人自召，善恶之报，如影随形”，还是照样偷盗啊。旁生除了母亲能对孩子发出一种奉献的心，对其他的就非常少见。而人类通过启发，首先在家庭里会有一个奉献的心，如果这个都没有，那这个人的善根就太薄。就是连自己的父母、兄弟、姐妹都起不了这样的心，那天资就太薄了。人类首先在家庭里能启发善心，能奉献，会把好东西给家人。之后在学校里会帮助同学，会帮助邻里，这就是人的善因在扩大。教化得好，大的布施心就能非常充分地出现，而且天天都能行持。一旦成为禀性，他就成了一个善性之人，到哪里都要做贡献，不是索取，这样他就在日

日增上。你想想，真正起了行善的意乐，他在一天当中持守奉献之行的善根有多少啊？守律仪的功德有多少啊？这是一只旁生在无数亿年里也难以出现的。这个人身真是太宝贵了，有摄取的心就处处都可以摄取。在生活的周边，到处都可以拾宝，可以做无量善行。

过去的很多善人都是这样做出来的，所以他的命运得到改变，这就叫增上。譬如说窦燕山延寿三纪，三十六年，就是善事做得多，这就是增上的意思。很多人开始坚持行善以后，身上的很多病都好了，比如说癌症没有了，心情好了，家庭和睦，每天都活在行善的快乐里，这个叫增上。

这样的增上如果没有出世间的内涵，善行积累到三千功行之时，就能得天仙等的果位，他就直接往上升。因为善气是往上走的，没有善往下走的道理，这个叫增上。缘起上有决定的路线，你一行善，善气就往上冲，心就往上，直接就感觉到自己的心是光明的、清净的。一造恶，你的心就往下跌，往下沉，而且它是封闭的，它会越来越狭小。善一起来，他的脉全是开张的，善气是上升的，他的脉是往开张的方向走。人一造恶的时候他就紧张，心、脉都堵塞，这是最里头已经出问题了。因为违悖了天理良心，从他的脉气、明点再到内脏脏腑，一层层的出来，再到外表的肌肉、皮肤、气色，整个一套，由于心错乱，整个系统全都错乱了，缘起上表现的相就是这样往恶趣走。

处在八难中的有情都很可怜，这种非常混乱的状态就跟精神病一样，或者跟酣睡者、冰冻的鱼一样，没办法输入正法，所以它的机制破不掉。人就可以改恶向善，如果你看过袁了凡、俞净意等的

传记就能明白。他们都是最开始有很多问题，经过检点以后，就把正法植在心上，顺着法道走，结果很快就走出了困境，开始出现增上生。所以人要在法上挽救自己，不顺着这条道走，非常危险。

现在怎么样能从这儿出去、一直往上走呢？只有人可以并且容易做到。这还是在于人的潜质，在于人有智慧，不是其他手脚等厉害，而且人的心能够转得很快，领悟力也强，意志力也大，善根大。而且因缘上面是非常好的一个修法时机，到了天上虽然福报更大，但是没有修法机缘，心也不堪能，散乱得一塌糊涂。外面太享受，感觉不到苦，他怎么发出离心？没有向上的意志，陷在贪欲的美酒里，饮得酩酊大醉，啥事也不晓得。

如果走到上界的定里也是一种灾难。过去不断地这么修，结果把自己给冰冻起来了，所以一开始不要学庸俗定，就是这个道理，不然就步他的后尘，决定成为他的同类。这是什么原因？一开始不能急着修这种庸俗的定，一开始你要让心不断地缘着法去思惟，心才能发展起来，所以不允许一开始这么做，不然就发展不出来，而且歧途很深。

三恶趣就不用谈了，它们下至于一句观音心咒也不会念，一个字也不认识。你看看人要布施是很方便的，而且人有很大的智慧，一下子就能够造出一个无量级的布施善心。因为他有智慧能掌控，有方便能够实施，而且配上境、心、怎么缘想、作意、回向等等，整个一套运转起来，马上就实现了无量布施的利益，你看人有多灵？旁生能吗？你看它都是四个脚撑在地上的，它连送个东西都很困难，只能用嘴巴衔一个骨头给自己的儿子，这都基于认定了是它

生的，所以对它好，之外其它的就没办法。它的心很小，俱生烦恼很强，一冲动起来就拼命撕杀，看谁的力量强，结果那些力量弱小的只有等到最后面舔两下骨头渣。它们有布施吗？很困难。它们有忍辱吗？谁会忍辱，根本不会想的。因为忍辱还是基于人类的善心，已经知道了过患，而且明白了因果，知道这一切都是自作自受，能明辨利害，所以发展出忍辱的善心。而且人有一种深明大义的心，有一种识得大体的心。入了法道的人为坚持法道，这些都能忍，他明白因果律不能违背。这个时候，心里有了法，就不会再顺着愚昧心的冲动来行事了。

没经过法的改造，人有点像牛一样，它的犟脾气很大，那种固执的脾性很强，就是过去非法的串习太坚固，所以我们学法就要化掉这种禀性，因为人很容易启发，不断的坚持就能改变。

持戒，就是人意识到了以后，以善心就能禀持律仪。在人的地基上不断地往上走，确实他天天都在往上走。这才知道人身这么宝贵，根本不同于旁生。

如果这个时候还是想跟旁生一样，那是太愚痴了，那就不是一个有上进的人，这种叫自甘堕落。但是很可惜，世上有多少人都是这样自暴自弃，虚生浪死！这就叫自欺。所以前面一再说到，没有比这更大的自欺，没有比这更大的愚蒙。

所以，思维人生道路的问题，就成为入道之前最重大的事。人没有为生命着想的心，就不堪入道，他没有深谋远虑、常常思维大义的心，是没办法入道的。因为心太小，就像读书的人胸无大志，他绝无成就。成就的大小完全跟志向有关。有些人说读大学是为了

将来能赚钱养家，这样就根本什么志向都没有。有些女学生心胸小了就想着将来找个好老公，或者开个花店就很好。这就不行。尤其是行菩提道是要气宇如王，胸襟如海，心里面能装得下整个菩提道，就是要这样的大志。不是得少为足，一直要走到无上果地为止，根本不屑于做那种小事，更不用说那些无意义的事。所以在一开始启发不出大志愿就完了，一辈子就是颠颠倒倒，根本不会有奋起而振作的心和行动。可见志愿有多重要。

就像学生入学之前要先确立志愿，如果只是来混个毕业，或者是被父母逼来的，这就读不成。所以学校里有些富家子弟一点读书的上进心都没有，那是他的父母害了他。因为父母给他灌输的就是你以后要当大老板，他自己也这么认为，这种人将来最多就是做一个造业的大饭桶，没有别的用处。而且他的脑筋灵活的话，将来比别人造业还严重得多。

同样，在学法上面没有确立志愿，那在佛法里面基本上就还是在搞一套世间的东西，做世间的知识，或者给世间人换换口味，东游西逛地搞旅游，或者和尚的生活很好，天天在那儿一坐，还是感觉蛮好的。这样不叫做胸有大志，完全是寻感觉，或者换这个上师，又找那个法门，天天搜集一大堆，从来不修。或者他谈个什么也完全是为了显示自己。为什么会这样呢？因为没有立志。这个关键没抓住问题就会接踵而来，他搞得花架子越来越多，尽是做表面功夫。而真正行于法道的人依靠心中坚定的志愿可以彻底断除各种与法道不顺的心态和做法。所以真实入道之前立下志愿极为重要。

思维心中的法道

1、 结合读大学的比喻，思维所谓忆念暇满的体性与义大是怎么回事，明白这个道理以后就要真正时时督促自己不断地忆念。

2、 思维懂哦瓦是如何修持暇满的法义的，从他的行持中得到了什么样的启发，在日后的行持中我们要怎么做?

3、 思维观待现时增上生，暇满义大的道理。

4、 从增上生的角度，将暇满与八难中的有情逐个做比较，首先确认暇满的不共与珍贵之处，在此基础上竖立起的大志愿。

如是观待若增上生、若决定胜义大之身，若不昼夜殷勤励力此二之因，而令失坏，如至宝洲空手而返，后世亦当匮乏安乐，莫得暇身。若不得此，众苦续生，更有何事较此欺诳。应勤思惟。

接下来这一段思维的修法，也是我们的作业，要按照这个来想。这是要不断地考虑，我现在如果不这样做，会有什么后患？会是什么结局？一定要认清，我走的是利益自己的路，还是损害自己的路？是实现大义的路，还是落到苦海里的路？不这样审查，常常会走错路，经过审查才能选对路线。

我们已经知道，不论是增上生还是决定胜，都是以这个最容易摄取大义的身来实现的。现在是非常难得的机会，这时如果不昼夜殷勤地努力修它们的因，而是白白地耗费，那就像已经到了宝洲，遍地的珍宝，本应尽量摄取，满载而归，但是他却象逛花园一样，到处走走看看，或者睡上一觉，什么珍宝也没拿。忽然船长的号令一响，必须要坐船回去了，这时他仍然两手空空，没得到任何财富，我们可以预见他将来的生活该有多困难！而有智慧的人就知道这里这么多的宝贝，我要尽量地摄取，只要能拿的就全部要拿。每一个东西有什么价值，都很清楚。这个宝贝能实现增上生身体、受用的圆满，那个宝贝能九十一劫都出现圆满人天胜乐的因。或者我受持这个戒，将来能得解脱、得成佛，或者这样修出离心、菩提心、无二慧，将来能迅速成就佛果，或者这样摄取净土的因，临终就能往生胜妙佛土。像这样，他是有一种考虑的，什么利大，什么最重要等等，他都做了慎重的观察，而不是盲目冲动地做，也不是随着自

己的习性做。

所以，已经出现了这样一个万劫难遇的摄取法财的机会，你不抓住它，却躺下来睡大觉，或者糊里糊涂地尽是做无关紧要的事。很快这些机会就都浪费了，因为没有依此摄取到财富，来世就一定匮乏安乐。相反，资本越雄厚，就越来越安乐，越有向上走的希望，越有成道的希望，前景越来越美好。但如果根本不在法上努力地摄取，那就一点本钱也没有，到临死的时候，一统计，这一生没有积累任何的资本，那法界给你判定的就是下三恶趣。这是福德薄的表现，这上面一旦成熟，因果上就无法挽回，什么人也救不了你。

还要这样想，现在如果不走法道，将来就不会出现法的因缘，未来就得不到暇满人身。得不到人身会是什么样子呢？将会长劫陷入一丝修法的因缘都不出现的困境当中，那时一句法也听不到，一个善心也起不来，想要行一点善也因为业报的束缚没有自由。而且还会以颠倒的烦恼习性造各种罪业，这么一来就堕入了极可怕的恶性循环里。以这样的因，苦会源源不断地出生，还有什么是比这更严重的自欺？

以上的意思是，我们追求那么多虚假的事情，自以为得到了很多，认为生活得十分美好，人生很充实，实际都是极大的欺诳。就像一个人对你说他是你的朋友，对你无比的关心，嘘寒问暖，这个菜你吃，这个是美食，很有营养，这件衣服你穿，这个很暖和等等。但是这个美食一吃下去与身体完全不合，让你处在极大的痛苦当中，或者这个衣服一穿，就变成地狱里烧红的铁衣，感受极大的痛苦。这时你才发现他是个大骗子，一直在骗你。

同样，我们身上有两个人，搞不清的时候，无明就作了主宰，它时时会认为要尽情享受吃、穿、财、色等，这个很有意义，必须这样做，这样对你很好，等等。你被它蛊惑以后作的事情，每一件都是在葬送自己的今世后世。最后才发现，是它一直在毒害我，把我置于万劫不复的深渊，把我锁在轮回无有限期的牢狱里。这以后又是被刀斩，被奴役，被饥饿折磨，受各种轮回中的苦役，这时才知道，最大的骗子就是自己啊！所以，要能识别自心上的大骗子。

世上的人全是这样自己骗自己，这就叫做最大的自欺。尤其得到人身更能发现，当他求取到了一些财富、荣誉等的时候，就有意地要表现一下，而且非常夸张，似乎他实现了很大的意义。那副样子，实际上就是无明作祟。

人都是在自欺当中，世间的人在台上表现的都是一种虚假的面貌，从来不肯道出内心的话。实际上是苦不堪言，但在别人面前，全都装成很有意义的样子。如果真正问问自己的良心，是真的有意义吗？是真的过得很充实吗？还是快要自杀了、快要崩溃了？

那些有钱人也一样，在别人面前要夸耀，我现在已经达到一个亿了，再努力几年就能达到十个亿。这是在干什么呢？吹嘘的同时也是在骗自己，让自己认同钱就是最大的意义。

再说知识分子也是一样，就是标榜自己读了多少书，写了多少书，做了多少发明、世间事业，实际上也是在自欺，这也不是人身的大义。

人们对于真实的面目谁也不会说出来，而且自己也不会面对，也不敢面对，这种自欺藏得太深，伪装得太好，导致人都自以为是，

结果都是往下堕。有些人有意地要背弃天理，要伪装自我，心上全是假的，那当然更是一点点实义都得不到，这就是最大的自欺。

“应勤思维”，“勤”字就是要不断地、很勤地在心上用功。

这是什么意思？就是你要一遍一遍地多去想啊！这份心要越多越好，世间法的心越少越好，佛法上要有很多的考虑，这上面想得越多越好、越深越好。你不精勤地思维，很快就又没有了，因为这件事很不熟悉。在佛法上面，这是才刚刚开始的萌芽状态。就像一个女人怀孕，她真正受孕以后，要十个月的孕育，不然怎么能从一点名色出现一个身体呢？中间的孕育期一旦隔断了，它就没办法长成。农民播种想在秋天丰收，他会很精勤地去护养，他晓得这不是一天能出来的。在逐渐地培育的时候，它就越来越茁壮地成长，根越来越粗，势力越来越强，它的枝叶花果已经长出来以后就没有困难了。

同样的，在我们相续中的这个心，刚刚起了一点的时候，要好好保护，要再再地增长它的势力，一次又一次地使它越来越强，这时就开始在凝聚了。又经过很多次的努力，它的力量越来越强，最终就坚固了。这个坚固就表示已经有了善根。今世的善根种得好，来世也不怕，因为根的力量很大，所以自然会在法道上茁壮成长。根的势力弱，就叫善根薄，累世以来就是善根薄，所以成不了道。善根薄就是因为养育得少。这些都是事在人为，必须要用精进来培养自己，别人帮不上忙的，别人只能说一下方法。

这里的要求是勤，对“勤”不了解的话，你就看打拳的人，一开始不熟练，但因为很想要这个，所以每天一有空的时候就不断地

打，每天早上打晚上打，这是在勤学苦练。打了三个月再去看，就完全不一样，一打的时候很有一个境界，这都是苦练出来的。同样的，这是心上的拳术，道次第就告诉你怎么打拳，打的是佛法拳，套路是什么呢？就是它的理路。学是什么呢？就按照它模仿，就按这么想。经过百千次的练习以后，事情就变得很容易了。那些修得纯熟的人在一次上马的时间里，前面的加行已经在心里转过一遍了，什么原因呢？就是因为熟练。

道次第整个的修心要在心上出现，怎么出现？必须要去思维，不思维怎么起这个心？最多只是止住，心里平庸而住，什么心也没有。但这样在碰到事情的时候就生不起善心，那就一样是自私自利，一样颠倒而为。既没有菩提心，也没有出离心，连人天的行善欲乐也即将消失，那就是走入错道的相。学佛不应该是这样，应该是心里的善心起来了，而且越来越大，每天都得到法的营养，一提到善的时候非常有心力，这样他的面貌是不一样的。

就要像这样来考虑，我现在主要就是要看到人身是摄取法的最好的所依，人身的意义就是运用它尽可能地摄取大义，这个大义就叫做增上生、决定胜的因。这个因摄取了多少，就表示得到了多少实义，就像在你包里装了多少宝贝。在你相续里面积法财，你多得一分，你的机会就多一些，你的命就越好。在这上面不要落入停滞的状态。

为什么一般的人一开始不能教他无分别？就是这个道理，不然他全部都停止了。所以法不契合会造成很大的弊端，因为现在契合不到法界，所以现在最能依靠的就是心在因果律上一步一步地走，

这是绝对靠得住的，再加上一个往生净土，这个很切实。如果在法界上根本没有契合到，然后心上所有的修行又放空，就非常危险。到了临终，心里是空空的，那个时候凭什么去面对呢？没有修过福德是直接往下堕的，但修了福就非常充实。所以善心积得多的人，即使没有学佛，临终也是安然而逝。历代感应录里有很多在人天善道上实行的人，因为平常好事做得多，心无亏欠，到临终的时候，心安理得、非常安乐地就走了，像这样一般都是上界的果位。有一些也能预知时至，因为心水清净的时候自然会有所映现。

这些必须自己去摄取，一开始不要落入到“我不要，我什么都可以不要”，怎么可以不要？比如，读书可以不要吗？那还是要一个一个读，说我不要吃饭，但还是要一碗一碗地吃。可见我们没有脱出因果的圈，这个时候要把握住心的方向，让它时时往善道上走，有什么样的机会都要摄取，有意义的事要尽量地做，为什么呢？这对我好，我的前途全靠它了。临终的时候怎么样也还是看你今生积的资本如何，能不能往生净土也还是这个道理。资粮很厚的话，稳稳当当就走了，没有资粮，临时抱佛脚就非常危险，千万个里难有一两个能成功，即使能成功也还是前世积了资本。一切没有偶然，没有侥幸，必定是一分耕耘一分收获。

懂了这一点我们才知道，过去的那种不行动的状态是非常可笑的。已经到了宝洲，应该天天都在这上面争取。在这上面有一分因就有一分果，因地正了，果一定正，因地上没有，到了后面就肯定是穷光蛋，肯定就落到很贫乏的状态，两手空空的。

《亲友书》上一再说到，中阴路上唯一是以三福的光明才能照

亮前途。三福就是施戒修。如果没有就是漆黑一团。这个时候，加量给他拼命修福，他可能得一把助力，所以要知道走这一条路，凭的是什么。这样前前后后都做了观察，就知道现在这一世得到机会的时候，要好好地修。不好好修，把福报享光了，后世就会特别困难。那时就再也得不到这么好的身了，那时再想修法，一亿劫里也难以出现一分钟的机会。所以因缘在的时候要珍惜，没有的时候想求也求不到。

又要想，法是命根子，如果没有修到法，那做的全部是非法，每一个地方全部都是把自己整到苦海里去，这个错乱循环极大倍数地增长，这怎么吃得消呢？这是真正陷入到无底洞里去了，而且越陷越深，苦上加苦，迷乱中再加迷乱。

要这样想，我们现在理智清楚的时候应该好好地去设计，任何的善心善行都要去发去做，不然一旦失去这个机会，就好像人已经疯了一样。我们再想，发疯的人会不会因为多次发疯，心识变得越来越清明？你肯定不会这样承认。因为疯一次就更严重一次，更严重就更疯，更疯更可怜，更可怜就更下堕。

意思是说如果得不到暇满就要入疯人院了。因为所谓的正常就是在法道上走的人，正常的生活就是法的生活，除此之外全是疯子的行为。如果没有到暇满的宝洲里，就肯定是被关进了疯人院。在疯人院里有正常的行为吗？只会越来越疯狂，越来越凄惨的。这是什么原因呢？因为心识已经颠狂，一直都转不过来，就不断重复地发作，陷入恶性循环。三恶趣是一个极大的疯人院，而且在里面疯狂的时间不止是人间疯人院几十年的时间，而是无数亿劫的时间，

是这么恐怖。这不是危言耸听，而是真实的状况，就是说一旦失掉人身，堕下去，多少个大劫难以恢复，就像一个玉杯碎掉了以后，要重整出这样一个完整的状态，实在是太困难了。

这样才知道，最自欺的事，就是用人身去做非法的事。要这样不断地想，直到从内心深处感觉这是一个极大的问题。就像一个人，为了一生的前途，进中学的时候就开始拼。为什么要这样？因为他把这一生看得很重，这不是今天吃一口饭穿一件衣服的问题，而是关乎自己的一生。在这上面没有把握好，就可能要过那种很贫困、很没有前途的生活，他是不甘愿的。因此有雄心的人就必须要抓住这个机会。这是人世间的小事件，轮回的视野一打开，你就开始看到无量生中永乐、永苦的关要，看到有截然不同的两条路，一条是往解脱成佛大乐洲上走，一条是往恶趣的大苦海里走，相差实在太远。这个时候一定要生起比抉择一生的前途更加慎重的心。

当然这上的发展最开始是难一些，因为很陌生，而且由于这种事情太宽广，人的心又太短浅狭隘，所以一开始会感觉不相应。就像一个力量很小的人要举一个大杠铃，会举不动，这表示我们的智力很小，在碰到大问题的时候，会搞不清。所以必须要精勤地训练，努力地突破这个难关。

我们在道上的发展，要这样一点一点地去培养，不是一下子能出来的。说两句大话很简单，但是落在心上还是打不开局面，不会想到未来的事，更不会想到来世，乃至解脱成佛，原因就是心智没得到发展。这跟考试是两回事，考试只要凭记忆，你的心再怎么小，还是能背得出“我要发大菩提心”。看看世间的演员演什么像什么，

但是他心里一点也没有的，这就看出影像和实际是两回事。

如圣勇云：“若众善富人，由无量劫得，愚故于此身，未略集福藏，彼等趣他世，难忍忧恼室，如商至宝洲，空手返自家。”

刚刚解释的原文是宗喀巴大师摄集了马鸣菩萨的教授作的修法文，其实就是这里偈颂的意思。

“众善富人”，是指由无量劫所得、是无数的善所依的一个修法的大富翁。我们可以自封为修法的亿万富翁，拥有无数的产业，无论要到哪里去，手机一打，就能坐着私家飞机翱翔天际，五大洲各国各府到处都能去，这是表示很自在，资本雄厚。穷人坐个出租车都得想想，因为他没钱，所以就没有这么大的自由度，不能享受这种资源，那是什么原因？就是他积的钱财太少了。

同样，在修法上面自己应该要发一种庆幸的心，得明白目前的状态，目前我已经成了大老板了，我就是世界首富。我无量劫来付出了好多的努力，今天成了一个修法的富翁，什么法都不缺。我要修的话，从早到晚可以刹那刹那都在修法。无暇的人却是很穷，因为一生几十年里都难得听到几句法，或者一点生不起修法的心，因缘非常欠缺，已经被锁在世间法的锁链里了。那当然是穷困，因为在修法上寸步难行，非常地困窘。

这样才知道，原来我是已经到这个身份上了，实际上这是过去多生累世的努力，一点一滴积累出来的，就爬到了这样一个高度，因缘是十分地圆满。这个时候自己一方面要庆幸，一方面要珍惜，

不断地这样鼓励自己：这么好的因缘，我要尽量地摄取最好的法的利益，这个是无上的，不要把这个无价之宝换一颗糖吃，不要把它荒废在世间五欲的享乐里，不要每天无所事事。

之后就要看到，如果我是这么的愚痴，在得了这样的暇身的时候，没有积到一点福德，那又会在来世入到一个非常难以忍受、充满忧苦、懊恼的苦的境地。就好像一个商人已经到了宝洲，如果他愿意采集的话，可以一时间采到无数的珍宝，非常地容易，只要你去取，顿时就能从一个贫困线上的人上升为像比尔·盖茨那样的世界首富，有这么快。有些人真的是这样，你看多少人一天的时间就证果了。智者一天的修行已经超越了千百劫，他一下子就得了净土的果。《贤愚经》里面讲的迦旃延尊者卖贫的公案，老妇一听到这个话马上实行的时候，她已经升到天界，就这么快。所以这要自己争取，好比我们学修心的法，这不是一般的利益。第一天刚来的时候是这个样子，一年以后已经成为真正的修行人了，身上已经出现了无量功德，快的话几年已经转成菩萨，因为已经有菩提心了，那跟过去相比是有天壤之别了。

这就是由于非常珍惜修法的因缘，不断地、非常用心地去摄取，至于到底出现了多少利益，那还是在于欲乐，在于愿不愿争取。教的法是一样的，为什么有的人进展快，而有的人就不行？或者说，为什么两个人几年以后会相差很大？关键的一点在于“有没有出现取心要欲”。

现在教授了一个法，到底修不修，到底什么时候修？如果一再懈怠、拖延、不进入，那就是空到宝山一回，最后两手空空地回去，

实在是太愚痴了！

再缩短到一天，比如今天从早上起来一直到入睡之间，就是一段很美好的暇满时光，这一天就已经是生在宝洲里了，那问自己这一天过得怎么样呢？如果空空地度过，那这一天就全浪费了。有一些不仅没有取到宝贝，反而抓了一身的罪业。这一天过得怎么样？我作了杀盗淫妄！这样就完全是愚痴啊！这样一天天地过下去，人身不但没有摄取到利益，反而在给自己的相续中放了无数恶业种子的炸弹，最终业报成熟会炸得自己魂飞魄散，这是多么愚痴的做法！

所以用人身摄取大义的观念一直要渗透到每分每秒，一开始就要有这个心，不能说“人身都是虚假的，分别心都是虚妄的”。要知道自己现在并不是佛，现在这个阶段就是要有这个心才能减少颠倒行。自己会说这些大片很有意思，很刺激，这一顿火锅吃得很舒服，今天在茶馆里聊天很尽兴。全是在骗自己，多少人都是这样虚生浪死！实际上就是没有志气，没有摄取大义的欲乐，缺乏修道最根本的东西，而不是已经达到了无修无证的地步。

“无十善业道，后亦不能得，不得人唯苦，如何能受乐，他欺无过此，无过此大愚。”

这里马鸣菩萨说，你起码得考虑，这一生得人身的时候，有没有修到十善业道，这是最低的。如果这个都没有，那一切的所做就全都不是人事了，全都是畜生性。做那种邪行，将来必定不可能再得人身，因为已经违背了人道的规则。这样没有道德的人还能得人

身，那就成了天理错乱。所以这绝对要受惩罚的。心一坏了，肯定是往下走，胡乱的事情做多了，是得不到人身的。看一看那些生活混乱的人最后什么是下场，这不是很明显吗？不遵守伦理的人是什么下场？不是很清楚吗？不忠不孝、不仁不义的是什么结局？这不是明证吗？

再说，得不到人身就是真正地苦不堪言，真正是自作孽不可活，一定是自己要遭受惩罚的，哪里能有一丝自在的快乐？这不是毁了自己吗？别人的欺骗没有这么可怕，他没有像这样在无数世中一直欺骗我。他只是某件事情骗我，而我是一直在骗，他只是给我一点肉体和精神的伤害，我却是无量劫把自己葬身在苦海里，没有比这更大的骗了，也没有比这更大的愚了！一般的愚是走到了险道里吃些苦头，我这个愚却是放着真正安乐的正道不去走，无限光明的前途不去争取，却天天在这里吃毒，天天在这儿毁灭自己亿万次。想一想，有比这更愚痴的吗？世上的疯子有比这更疯的吗？他们疯只不过是吃一点大便或者在街上裸体奔跑，或者他不明白事情，但是他没有吃下这个烧毁自己无数劫的剧毒，他没有疯到整天用烈火焚烧自己。想一想，是不是没有比这更疯狂的事？开着车拼命往悬崖上奔，奔了一次还不够再奔一次，拼命地吃烈性剧毒，吃了一杯不够还再吃一杯，有比这个更愚痴的吗？这样一想就明白确实就是这么回事。因为没入法道所以一直做这么颠倒的行为，对这些要用因果律来衡量，要知道这个惩罚太大，太可怕！所以在这儿必须翻然醒悟，不然前途是非常堪忧的。

思维心中的法道

1、 我们多次讲到“自欺”这个词，我也从各个角度打比方反复地说明它，请在自心上观察，什么样的心是“自欺”？以一天为限，最少要观察到五个真正自欺的心。

2、 思维“从宝洲空手返回”这个比喻表达的意义，“返回”是回到哪里？能不算是空手而归的最低标准是什么？

3、 把每天从早晨起床到晚上入睡之间当成一次到达宝洲的机会，思维在这期间自己该做和不该做的事情，并且如法地取舍。

修暇满就是要发展取心要欲，而且要发展到极大，发展到一天不修法心里就感到恐慌，感觉有罪过，就像一天没吃饭，就觉得是一个极大损失那样。有了这个心你就再也不愿意空过，再也不愿意做无意义的事。这一个心一旦起来了，那么三士道的每一分修心都会牢牢地把握，这时不需要别人督促、强迫，都会自动自觉地以高标准要求自己，只修一遍还不行，还要再加。今天这个作业没完成，没修到量，我还要再多加一点功。过去别人推他一万次也根本不会有任何动静，但现在彻底改变了，这就是出现了取心要欲的结果。

修法原则就是这样，如果欲很大就有力量。有了力量以后，最喜欢的就是法，处处都可以修。你看练气功的人真正起了欲以后，他一天早练晚练，等公交车的时间都要练一练。他是在假法真修，学佛人遇到的是真法，但因为没有欲，多数都是假修。佛法是这么完备，如果有欲真修，那肯定早已经成佛了。到今天还没成佛，关键就是这第一步上有问题。

所以，就像格西铎巴所说："殷重修此，余一切法由此引生"，只要最前面的这个欲激发出来了，后面就能够由此进入并完成。所谓好的开端是成功的一半，主动性一出来，人的灵性很大，心力也大，把持力也强，这样精进地修下去，后面一系列的成效都会出来的，所以初步是最重要的。

想想看，有这样一个真正的极大取心要欲，学哪一门不是很快获得成就？只可惜人的心普遍不行，所以难以成就。不但一生成就不了，多生累世都难以成就，因为达不到法上要求的心力。现在这么多的法宝，真正次第修好了，心已经修到量，怎么会不成就？

比如认定了自己要做人中骄子、要一举成名天下知，这种心叫极大的取心要欲。因为有了这样的取心要欲，所以每天都在刻苦地学习。

我们在菩提道上，第一步就是要确立这个志愿——极大的取心要欲。什么取心要欲？就是要修到跟释迦牟尼佛一样。然后就走这一条路，从第一步就开始效仿，逐渐地按照佛所指示的法道兢兢业业、一丝不苟地奉行。想一想要成为人中骄子是不是必须这样？他从入学开始，老师教的每一门课都是很认真学好，下至写一个字、算一道题，只要有学习的机会，能开拓自己的视野，增长能力，他都会好好去做，这是因为他有志气。因为他要做人上之人，所以摒弃了一切的娱乐，一心就投注在这里。所以人要成才首先要立志。这些是世间法，没有太大意义，这种能力最好转到学佛上，那就好了。

现在我们在法道上要有极大的取心要欲，一定要有极大的欲求，这个欲一旦生起来了，后面的修行就自然能趣入。

如是思后，当发极大取心要欲。

像这样想了以后，就要开始发起极大的取心要欲，应当像《入行论》和《喻法》中所说那样的心情。

如《入行论》云："与此工价已，令今作我利，于此无恩利，不应与一切。"又云："由依人身筏，当度大苦流，此筏后难得，愚莫

时中眠。”

前一颂就是自己对身体说：我已经给了你这么高的工资，让你给我谋利益，你现在什么利益都没做到，所以什么都不应该给你。

意思就是，我们每天供给身体很多的食物，而且为了养它，营备了各种的生活资具，衣服、卧具、汤药、洗浴等等。花了好大的心血、精力来养护这个身体，就是要让它成办法的利益，如果没有在法上摄取到利益，那就不应该给它工资了。就是这个身体要做出有意义的贡献，如果这个身体去造恶，那不但不能给工资，还要惩罚它，这就表达了什么叫摄取心要。

这个“心要”就像老板雇用一个工人，他肯定是希望给他谋利益的，能够实际利益到他，而不是损害他。如果花了钱雇工，结果一分利益都没摄取，那老板就不会给他工资。如果他还损害了老板的利益，那肯定要惩罚他。我们对待人身就该是这样的态度，要命令这个身体：今天你一定要给我做到有意义的事，一定要在佛法上摄取到心要，如果没摄取到，今天不给你吃，饿一顿惩罚你。

又说到，只有依靠人身的船筏，才能度过生死极大的苦流，这样的宝筏以后是极其难得的，所以愚痴的人，你不要白白地空过这样的大好时光。

这里的“时”就是有极珍贵的修法时机，或者说念念都能摄取到极大的义利。“眠”就是空过，就好像睡着了一样。这也是对自己提醒：某某某，你不要睡着了，你得保持清醒，要知道现在该做什么。不这样，就会像昏迷的人一样不知道该做些什么。

所以我们常常要提醒自己：这个身体是世上品质最好的船筏，而且它的功能很强大，它能够迅速地穿过生死苦流，如果你不依靠它今生就越出苦海的话，那以后就很难再得到这样的船筏。

这个时候自己就要立志：我这一生一定要出离轮回。这就起了取心要欲，这个欲一起了，他就一心投入修行，再也不去忙世间法。就像很多人真正起了取心要欲，世间的事就全放下了。连妻子儿女的事、世间的应酬全部都放了，世间的交往全断了，世俗的事情再也不干了，因为他立了志这一生要修行。

又如博朵瓦《喻法》中云："虫礼骑野马，藏鱼梅乌食。"

这四个譬喻讲到了取心要欲是什么状态。

"虫礼"就是一只常年呆在地下的小虫，有一天它竟然钻出地面，一步一步地爬到佛的脚下顶礼佛，这是极其难得的事。

这个虫子就是指我们，以前我们一直呆在恶趣里面，好不容易从那么深的恶趣钻到了人的地面上。佛代表法身，代表法界，如今出现的这个人形的佛是一个代表。这只小昆虫竟然有善根，一步一步到佛面前顶礼佛，这表示他归依了法道，这有多难得！从此以后，他就以佛为师，一心走佛开示的安乐之道。像这样，我们已经生而为人，而且真正入了佛的法道，已经成了一个入法的人。那就要时时提醒、勉励自己一定要在法上修行，不然就辜负了这万劫一遇的机会，实在是太可惜了！

人的学佛就像刚才这个地下的小昆虫，它还能爬到人道的地面

上，不但爬上来了，还见到了佛、起了善心，而且一步一步地往佛那边去，成为一个向佛的人，这时如来藏就已经开始苏醒。恍惚之间，已经要往这上走，这个时候就发生了始觉。

向佛顶礼，表示它愿意回归。其实也是向它的自性佛回归，从此以后它就远离了极其颠倒、堕落、愚昧的生活了。

我们常常要这样提醒自己：我现在已经是一个人，我不能再做旁生的事，我要行持高尚的法道。要这样勉励自己，来激发出极大的取心要欲。这时不能混杂世间庸俗的想法，它会破坏你的道心。口里再也不谈这些庸俗的事，心里一刹那都不远离法。力求做到口里只谈法，心中只想法，再也不起一丁点对于非法的欲乐。什么世间的明星、足球，各种五欲享受，网络上的各种头条新闻，这些统统要远离，那会腐蚀掉你的意乐。

我们要把修行正法的欲乐强化到成为自己的禀性，这是最关键的一个地方。这上一旦串习坚固，人最终就会有法上的誓愿，宁可舍身，也不做违法的事，这样人就开始有了法上的尊严。所谓“三军可夺帅，匹夫不可夺志”，为道之士宁可舍身也不舍法道。

“骑野马”，一个瞎子从来没想到自己能骑上野马。有一天他从悬崖上面坠落下来，很幸运地落到了野马背上。他骑着这匹野马迅速地奔驰起来，而且非常快乐地唱起了歌。

这表示我们已经骑在了法道的骏马上，坐上了一辆直接往安乐宝洲奔驰的列车，这是极端地幸运。过去是个瞎子，举步维艰，常常落到险坑里，总也爬不出来。而现在偶尔从悬崖上掉下来，刚好就落到野马背上能飞快地奔驰，这是什么意思？这是极端幸运的意

思。

我们就是轮回里不知取舍的瞎子，现在以一个机缘遇到了正法，就像非常幸运地、恰巧就落在了野马背上，奔驰的速度非常快。就好比我们没遇到法以前，在世间的道上非常盲目，充满了危险，很不顺利，但是今天遇到了法，能够快速地奔驰。这个时候就要提醒自己：好幸运！今天我已经在安乐之路上飞奔了，如果在这时我远离这条道，走到非法上就是又跌进险境了，所以现在实在是旷劫一遇的机会。这样提醒自己，一再地想，我已经到了这辆高速列车上，我要一心在法道上前行。如果能这样确实比火箭还要快。

这个比喻用今天的话来说，就是很幸运地已经坐在太空梭上，一瞬间就绕地球几圈，因为它功能强劲，速度极快。太空梭就是指人身，如果是在八难里头，在法上运行的机率根本就是零，起的所有的心都是无益的，法上的运行效率也是零，甚至大多数是负值。现在得到了人身，它的运行非常快。这里野马表示人的心识，它能够非常快地运转。人的智力一启发出来，就世间法来说，那么精细、复杂的智力活动都可以迅速进行，那么庞大的工程都很快就能完成。这样的心智如果用在佛法上就很快能成道。但要是一只旁生，连一个简单的运算也不会，能发明电脑吗？能够架成信息高速公路吗？在得到人身的时候不去摄取大义，反而把宝贵的人身用在摄取恶趣的因上面，这是极其愚痴的！

“藏鱼”，后藏很少有鱼，有个后藏人到了拉萨，终于尝到了他一生当中唯一的一次鱼味。他一顿暴食，吃得就要呕吐了。他一看快要吐出来了，马上就用鞋带系住脖子。别人就问，你为什么要

这样做？他说：我一回到后藏就再也吃不到这个鱼了，如果吐出来太可惜了！

一辈子吃到的一顿鱼，表示我们旷劫以来得到的一次人身。这个后藏人一碰到鱼就要赶紧吃，不会放在一边，意思是我们一得到人身就要摄取心要。快要呕吐出来时马上系住，意思是说好的东西快掉落的时候，马上要保护、摄取。这表示我们每天拥有的暇满时光都要用来摄取大义，不要把它白白丢弃。

就像一个很好学的人，他不愿意放弃任何一次学习的机会。就像球迷认为世界杯的决赛一定要看现场直播，而且世界杯决赛是四年一度，这次错过了就要再过四年才能看到，那就太可惜了。所以他一分钟都不会错过，这样欲就被调动起来了。

但是我们对于这个人身没有这样的心，如果真有这样的心，那学法的事就完全是主动进行，而且有极大的希求，这个就是法器三德当中的最关键一个。只要具足这个希求心，那么对所学的一切法，就都会真正地在自心上修，会有心真正要在现前做出这个东西来，不只是停留在口头的讲说，这个叫摄取心要。

“梅乌食”，这是用糌粑做成的食物，过去藏地的穷人很难得到。有个穷人的小孩偶然间得到了梅乌食，他万分珍爱地藏在身后。因为小孩们在一起，看到了就会抢他的。他觉得这东西很重要，就藏在后面，不料被一只狗给吃了，他就伤心地哭起来。别人问，你怎么这么伤心呢？他说，这么难得的梅乌食被狗给吃掉了，所以我伤心。

梅乌食是穷人十分想吃的东西，但是他没条件，他看到富人家

的孩子老吃这个，他羡慕得不得了，总想要哪一天我能吃到。有一天终于得到了，他不会一口就吃掉的，他就觉得这个东西一定要把它保护好，要很好地去享受它。结果被狗吃了，他是无比伤心。

这个梅乌食表示我们的暇满人身，是很多非人、旁生非常羡慕的，天也是以得人身为希愿处。我们现在是身在福中不知福，在那些未得暇满的众生眼中看来，就觉得那太好了，真是羡慕，是那么好的修法因缘，我们没有福气得不到。现在我们就要知道，自己已经得到了暇满身，一定要万分地珍爱，非常重视它。如果哪一天被狗吃了，你就要痛哭。就像伊庵禅师说的，这么难得的一天又这么白白过了，没取到什么心要。

这是从反面说明什么叫做取心要欲。因为这种善心一发展出来，方方面面都有反应的，它也成为一个系统。那种把人身不当回事的人，他有很多邪的心思和态度，那也是一个系统。这个系统是什么呢？正面，他一得到了就去保护它，拼命地要去受用这个法，一点点都不想浪费，因为他觉得一浪费，就再也得不到了。从反面说，假如被狗吃掉了，意思是被自己这种荒唐的行为吃掉了一天，他会伤心，这么好的人身今天就这么白白过了，他就会哭。你看小孩玩具坏掉了也要哭，因为他好不容易得到这个玩具，是他最心爱的，现在给摔坏了。但是我们的一天比那个玩具不知道好多少倍，这一天空过了，自己想想就非常伤心，这么好的东西，竟然这么糟蹋浪费。

思维这些譬喻的方方面面，一定要把这种善心引发出来，它有各个层面的启发力。一开始可能只是从某一个方面才能出来，慢慢

地各个角度都能出来，最后就出现了法上的性格，出现这样的珍惜心，一个特别珍重的心。

所以刚才说的这四个譬喻非常好，你不论从哪个方面去想，都能激发善心。“虫礼”两个字马上就能体会生命的意义，那个礼是很不容易的。《法华经》说：“一声南无佛，皆共成佛道。”那是旷劫以来很难得到的一种善根的萌发，那种心引发出来，我一心要在佛门里走佛道，会引发很深的归依，会引发一直随行诸佛的志愿，一直在法中度过的志愿。他愿意为法而献身，他的生命愿意完全地投入到法的修行上，这个就是取心要欲。

再说“骑野马”，他会感到倍加庆幸，我一个瞎子竟然能坐到太空梭上一下子遨游太空，真是非常幸运，这个简直是万载难逢的良机。那他边坐在那儿边唱着歌。就像有些藏人第一次坐飞机的时候非常地高兴，完全沉浸在喜悦里唱着歌，为什么呢？这是他这辈子第一次坐飞机上天，要这样来滋长自己心里的欲乐。

学法要跟读书那样，有一种热情，要能从中找到很大的乐趣，应该想：太好了，我一个瞎子，竟然骑到了奔驰的野马上，今天我就要在法道奔驰的列车上走。应当不断地生起欢喜心，滋润自己的善法欲。这样就不会出现萎靡不振的状态。学法是越来越欢喜，一有了这个欲乐以后就有精进，非常有劲头。这样就已经是一个法的生活了，无论做哪一样都有意乐。就像商人如果做上了高利润的生意，是超过过去一亿倍的利润，他一定高兴死了，天天都愿意做，就是一天要做一万单生意他也高兴，饭不吃觉不睡都可以，这就是因为见到有大利益。

人生能摄取这么大的利益，就应该像博朵瓦譬喻里那个老人一样，现在是做梦吗？现在是这么大的利润，有这么大的利益啊！

所以这时你可以自封，我是世界首富，我是世界最幸运者，完全可以这样说。要这样来加强自己的欲乐。事实就是这样，没有夸张。你自己去想，这一天里是怎么样高利润的法的经营？这样你就能真诚地发愿“生生世世决定只修法”，你愿意做个修法的人，再也不要跑到其它道上去。

应如是思，发起摄取心要欲乐。

我们应当按照这些教典里所开示的，常常从很多角度思维，来发起摄取心要的欲乐。

这里的“心要”就是指三士道的修法利益。为什么能摄取呢？因为它随顺缘起之道。所以只要你循着法道，那完全是安乐的正因，你摄取一分就得一分实义。此外在非法的道上走，你无论做多少都只是一种损失，那些都是诈现出来的好像是有意义，实际去观察的时候，就发现有无量的过患，或者说毫无实义。

这样辨明了以后，就知道自己有这个人身，又遇到了这样的因缘，现前能够修法，那就应该发起我现在就要摄取心要的大欲乐。

思维心中的法道

1、 请思维，取心要欲为什么是整个菩提道最为重要的第一步，如果没有它就不能获得任何佛法的成就吗？

2、 思维《入行论》和《喻法》当中的比喻，从各个方面引发取心要欲。

第三，思惟极难得者。

第三，是从因果门思维暇满人身极其难得。果上是它的数量极其稀少，因上是它的正因非常难积聚，违品也难以遣除，因此以理确认具足暇满的人身极其难得。如何难得呢？

如是暇身，如《事教》中说：从恶趣死复生彼者如大地土，从彼死没生善趣者如爪上尘；从二善趣死生恶趣者如大地土，从彼没已生善趣者如爪上尘。故从善趣恶趣二俱难得。

这里要按照《律本事》所说了解得善趣人身的比例，这又分恶趣死和善趣死两种情况。首先从恶趣死再生到恶趣的，像大地的土那么多，而恶趣死能生善趣的数量像指甲上的尘土。再说从人天两种善趣死生恶趣的像大地的土，从善趣死再生善趣的如指甲上的尘。这样比较就知道，从善趣、恶趣死后都极难再得人身。这是从果上说明了人身是非常难得的。因为三界六道摄在善趣、恶趣两种当中，死后能得到善趣的比例极其稀少，而堕到恶趣的是属于绝大多数。

指甲尘和大地土相比，不知道是多少亿分之一，譬如我们在房屋里用一个指甲与整个屋子的面积比较一下，就看到这一个指甲是极小的。现在是要把这个指甲跟整个大地的面积相比，那基本上可以忽略不计。就像一个大城市上千万的人口中，只有一个人死了以后能再得人身，此外所有的人都只有堕落。这么一想才知道暇满人

身是极其难得。

又比如地球上的蚂蚁不计其数，一个蚂蚁窝里的就有几十、上百亿，完全超过了人类的总数。观察整个地球上的蚂蚁，那么多的数量，但根本没有一个能生善趣的。又譬如整个地球上的水生动物，那些鱼鳖虾蟹等，死后几乎全都是落入恶趣。

再往上看，三种天界里的天人死后能生到人天的数量极其稀少，基本上都是堕落恶趣。再往下看，地狱、饿鬼界的众生死后绝大多数都是堕在恶趣里继续受苦。可见得人身极其困难。

若作是念：彼由何故，如是难得？

有人这么想：为什么会这么难得？是不是有意夸大了这种情况呢？

其实事实就是这样，缘起上是这样决定的，这也是一切种智佛眼亲见的。因为凡夫错乱的习性非常大，做不善业很容易，做善事就非常困难。要往上走必须得克服困难，要往下走就是顺着习性而去，所以绝大多数都是往下走的。从我们当下的心识也能看得到，要学好十分困难，就是要违背自己的习气，逆流而上，十分艰难。而往下走就像大河奔流一样，会迅速地堕落。

从这个比例来看，完全能确认，要得善趣是非常困难的。这一点也要结合在自身上思维，然后扩展到周边的人类，再扩展到整个三界六道，这样才能明白要真正得到超生是很困难的。

如《四百颂》云："诸人多受行，非殊胜善品，是故诸异生，多定往恶趣。"谓善趣人等亦多受行十不善等非胜妙品，由是亦多往恶趣故。

这里根据《四百论》所说，先观察善趣的人类，这是我们能直接看到的。要观察的是他的因行，因行多数是造十不善等不好的业，那就决定多数都是往恶趣走。

我们常说，得人身要有五戒或者要具足五伦八德。但是这个标准对现在的人来说，还是非常高了。很多人对此没有任何概念，更不要说去实行。有的人即使有一点认同，但也不会去实行，这就发现是非常困难的。但是在十不善上每天身口意不知道造多少杀盗淫等的恶业。试问一下，杀害众生的生命能得善趣吗？显然不可能，以残杀的心必然是堕地狱。巧取豪夺能得人身吗？这比旁生还恶劣，旁生只是俱生烦恼恶行难改，但人一旦心术坏了，他的狡诈、欺骗，还有他造业都是非常有力量的。这么一看，那么厉害的偷抢诈骗怎么可能得人身呢？说到淫，有些动物里头像大雁，它还是有义的，像狮子一年内也只是交合一次，但是现在人类的淫业非常严重，像这样造邪淫业能得到人身吗？肯定不能，还不如禽兽。

从口业观察，人比动物也强了不知多少倍。因为人的口舌很厉害，要打妄语他很会演饰，口是心非的。要说绮语也是滔滔不绝，什么事他都说得绘声绘影的，两舌、恶口更是相当严重，这样严重的口业能得人身吗？显然不能。

贪嗔邪见再观察一下，动物只是基本的食色之欲，但人的欲望

就无边了，饮食欲、衣服欲、男女欲、名声欲、享乐欲、观赏欲、竞技欲等等，确实是欲壑难填。嗔也是很厉害，邪见就更大了。

这么看起来，这个世上的人多数都是每天非常密集、高速、炽盛地造十不善业、近五无间罪、谤法等的不善业。不必说死后，生前在阎罗王的业账薄上已经密密麻麻的写满了，这些业多数是见不得人的，有亏于良心，有背于责任、义务的。也因此一个偌大的城市里几乎都是要堕落恶趣的。所以人不守本分那造的就都是往下沉的业，肯定是要堕恶趣的。只有禀持善道，多起善心，而且能尽到人伦的义务，才能保住人身，一旦背弃就要堕落。

又如于菩萨所起嗔恚心，一一刹那尚须经劫住阿鼻狱。

再说重业方面，对菩萨起嗔恚心，起了多少个刹那就要那么多个劫住在无间地狱里。

在《最极寂静神变经》里也说，菩萨对于菩萨如果发起嗔心、发起慢心，一起的时候他自己就说，我要经劫住于地狱。可见这个业是非常厉害。

所以人的心没有经过启蒙，没有信解业果，那就只有一条路，就是堕落。但是现在看起来，很少有人信业果，那他造业就是无所忌惮，随随便便地造。他没有害怕的心，不分对境、不分什么法，都不断地造业，这样业就很沉重了。而业方面又是因小果大，这就导致长劫都难以得到人身。

我们再从时间的长河上去看，那也是相当悲惨。有佛出世的时

代是很少的，无佛出世的时代极为漫长。而在那些暗劫里，众生就唯有堕落。这种惑乱的力量太大了，就像乌云蔽日一般，又没有机缘，所以他怎么样也睁不开明见缘起的眼睛，这样怎么可能心和行为纳入正轨？没办法。所以那种业力是不断地积聚，越来越汹涌、延续，这样一股错乱的力就把多数的有情带向恶趣，到这时就完全是不可自拔。

况内相续，现有往昔多生所造众多恶业，果未出生，对治未坏，岂能不经多劫住恶趣耶？

何况内在的心相续，现有往昔多生以来造了很多的恶业，这些还没有感果，正在自己的相续中潜伏。但是又没有生起有力的对治破坏掉它的功能。随着它一个个成熟，哪里能不经多劫住在恶趣里呢？

前面是观察现业，现在要观察宿业的情况。宿业就是从无始以来由贪嗔痴发起无量无边的身口意业，假使恶业有形体，尽虚空界也无法容受。现在这些业并没有全部报完，很多的业都潜伏在自己的心相续里。如果看不到三世的业果相，就以为这么好的人为什么要遭遇这样的痛苦？他不知道这是宿业成熟，不晓得业力的本子是翻到了哪一页。所以命运叵测，忽然间就会业果降临，而这些业力很多都是恶业。所以，看着好好的人怎么突然得癌症？为什么遭到车祸等等？很好的人临终怎么会是那么可怕的堕落相？要明白这些都是生死中的大危机，是由于相续里藏满了过去世所造的、还没

有感果的业，这有多危险。这就好像相续里埋了无数个定时炸弹，每一次成熟的业就是一阶段，它是要发出一个阶段的果报。但是业太多了，一天当中都不晓得造了多少业。这些业埋藏在心里都是炸弹，随便哪个一引爆，都是要下恶趣的。

又现在对治力根本没起来，这些隐患丝毫没遣除。它一个一个引爆的时候，哪里能免掉多劫住恶趣的命运?

就像南京大屠杀，在一年前，南京是中国的首都，那里的居民都以住在南京为荣，一年后日本人血洗了南京城。那是什么原因?就是那些众生的共业，所以当时有高僧示现想修回遮，但是没有办法，这是业力成熟。单从现世来看，那全部都是坏人吗?不见得，大家都认为那都是一些无辜的普通老百姓，但其实是因为宿世的杀业成熟，结果惨遭屠杀。所以要知道我们心中潜在的危机。

大多数人从现前造的业来看，绝大多数都是恶业，再看他们往昔造的业，那有很多宿世的恶业还没有受报。这两个综合起来就看到堕恶趣的比例极大，而且时间极长，这都可以去算百分比的。缘起上精确得连一丝一毫都不会错的。而且所有的果报都是以业来感的，除此之外没有别的依据，不然就成了无因生果了。所以这上没有侥幸，它完全是按照原则办事，不会循任何私情，也没有偏差。这才知道从业的相状去看，善趣死了以后多数都是往恶趣走的。

如是若能决定净治往昔所造恶趣之因，防护新造，则诸善趣虽非希贵，然能尔者实极稀少。若未如是修则定往恶趣，既入恶趣则不能修善，相续为恶，故经多劫，虽善趣名亦不得闻，故极难得。

这样如果你能决定地净治往昔所造的恶趣业因，而且尽量防护不再造新的恶业，这样当然善趣也不是特别地稀贵难得，但是能这样做的实在是极其稀少。因为人要改自己的恶习是有很大难度的，一般的人都是继续堕落，既不会去净治过去的业因，也不会防护未来新造，在他身上没有什么表现。这样要上升就非常困难。

如果没有这样修，那当然是随着恶性的业流而转，决定是往恶趣走的。再看入了恶趣后什么状况，那就更加悲惨，一堕到了恶趣里，根本一个刹那修善法的自在也没有，跟人相差无数倍。人只要肯做，他一天当中可以不断地修善，但是恶趣的众生即使偶尔生起了想修善的念头，也很快就被业报淹没了。就像一个得了极重病患的人，他偶尔生起一个善念，但由于身体的苦太重，所以他马上又被那个苦给抓住了，然后心情又变得非常混乱、颠倒，这就是很明显的道理。所以不要以为我到了恶趣里肯定能痛定思痛，很会修善。恶趣里面只会更加的困难多了，你看那些囚犯，平时不能做个好人，关到监狱里，受很大苦的时候，只会使他的性格更扭曲，人更加变得坏了。也不要说让他疯一次吧，疯了以后就会慢慢好的。越疯越糟糕。同样，到了恶趣里，处境太恶劣，时时刻刻都在痛苦当中煎熬，哪里会有好心情？身心都不能调顺，哪里会有善心？

所以这样堕到恶趣里，相续不断地造恶，那就是堕得更深，越堕越深。就像人抽了第一根烟，以后他就连续不断地抽，不会有好的。又像人如果不学好，最开始偷一根针，最后就真的不偷不行，会相续不断地造恶。恶心一起来，它的相续力量很大。所以勿以恶小而为之，就是这个道理。勿以善小而不为，有善的话就要尽量做，

因为能做一分往上走的力量就多一分，如果不从小善做起，大善终究做不成，不从小恶去遮止，大恶决定会来的。

由于这个原因，有情是很可怜，一堕到恶趣里相续不断地造恶。每一个恶，都是因小果大，会出生很大的果相。一个一个算下去，经过很多劫连善趣的名也听不到，所以得善趣是极其困难。确实像佛说的“八万劫后未脱鸽身，七佛以来犹为蚁子”，脱不出来。我们想想，如果堕成一只蚂蚁这样微小的含灵，再上升成一个人有多困难，这太难了！或者已经堕成一只老鼠，想一想，几年的生命力，天天都是偷，不偷就没吃的，它就是以偷为生。这就是过去做人的时候盗窃的等流果，它恶习难改，就这样偷。这样还能得到人身吗？不可能，它没有人的相。或者说生成一条鱼，一只狼又如何？这么想一想，连畜生得人身都很困难，那何况在下面的饿鬼、地狱众生，实在是太可怜了！

我们不思维就以为到处都是人，天天不晓得出生多少人。看一看自己的亲朋好友，只要成家就都有孩子，似乎得人身是最容易的事，这个就是非常错误的认识。真正按照佛的经教来观察的时候，才发现这种认识不知错到哪里去了。其实人身是极其难得，这样你才有珍惜人身的心，有事事都想做好的心，要通过法教来引起善心。不经过佛的经教就发展不出这样的心。人的见识都打不开，哪会有这样的心？做梦也想不到的。世间人能想得到的、最多的就是现在人世间的这么几十年，认为在这几十年里要好好抓住机会，不然再没有机会了。就只有这么狭窄的眼光。这个时候，一般有阅历的人就知道，年轻的光阴就只有那么几年，过了以后就不行了，所以他

会劝告人们，年轻的时候要好好地求学、作事业。其他的就没有了。但是佛法的眼光是要看到整个的大轮回世间，那就深远多了。这时发展的不是求名、作事业，而是真正摄取毕竟的意义。所以在这上发展出来的意乐、行为、志愿都是截然不同的。所以任何一个修道者，首先必须要经过这样道次第的引导，才能成为真正的修道之士。

《入行论》云："我以如是行，且不得人身，人身若不得，唯恶全无善。若时能善行，然我不作善，恶趣苦蒙蔽，尔时我何为？"

这也是一种自我审查，我以这样放逸的行为，来世都得不到人身，如果得不到人身，那就彻底地陷在恶趣里，根本就没有善心了。所以所谓的恶趣果，其实就是因恶果恶的意思，不但是落到了不可爱的处境里，而且一旦陷入恶趣，就只有不断地起恶念、恶心，根本没有行善的机会。

还要想：现在我拥有一切能行持善法的机会可以行善，如果我还是丝毫不做，到了落在恶趣里被苦蒙蔽的时候，我还能做什么？

现在心识堪能自在地修持善法，要知道这确实是万劫一遇的机会，它十分难得。就像《涅槃经》里所说的，在须弥山顶投一根线，刚好就钻入到山脚下的针孔里。这是极难的，是什么原因呢？因为错乱力非常大，这个针孔只有一点，契合了它才入道，一没契上，无数的混乱状态都根本无法修善，都很难合到修法的因缘上。所以要知道错乱和非错乱的比例，要能够认识错乱的比例占绝大多数。

这种错乱又分成上界和下界。下界被苦蒙住了，它的心识一点

都接触不到法，上界是散乱或者是凝固了，这样都没有办法开展修法。从我们自身上看，心上有无量无数的混杂、散乱，都不合于道，能合于道的只有一点，就是你必须得承认缘起。也就在认定上只有一种答案，没碰到这个答案的全部都是误解。心里起的邪分别有多少呢？那比大地的尘土都还多。而真正契入到它的点，只是明见到这个唯一的法则。这样去衡量才知道，现在这个时候是有多难得，因为现在就能刚好契到点上，这以外都契不到点。

譬如说整个无比宽阔的一面墙，只埋伏了一个契机，在那上面一点中了，门就打开了，此外都是行不通的。这就是说它是一扇门，众生的心识一直在门外不断地转，所以怎么也没办法开启安乐之道。这就表明修法的机会有多难得。这个缘起必须合到才行，一合到了就是密码对了，心对上了法，这时安乐大道的大门就打开了，此后你会看到一个很广阔的天地。这扇门没打开，那就一直瞎碰乱撞，纷纷堕落，所以比喻就像针上撒豆一样，起一个心就是非法的，起一个心就是颠倒的。

要从这里来体会，无论是处所还是时间的方面，真正得暇满人身都极其难得。就是这种机率太小了，不晓得要有多少因缘，才能刚好积聚到这一点上。

在能聚集到这一点上的有缘人里，真正能进入实修的又是极其稀少，很多都是打擦边球，稍微沾到一点，但是里面混乱的力量太大，恶习太大，他就没办法把持，又被其它因缘牵引，所以才说“学道者如牛毛，得道者如麟角”。

从这里才知道，我现在不作善法，不争取修法的机会，不真正

从这儿超出，一旦落到恶趣里被苦蒙蔽的时候，那是一点机会也没有的。而且会从暗入暗，从迷入迷，一直陷入万劫不复的深渊，它是一种极长期的、几何级数倍的混乱运转速度。

所以整个思维难得是要在缘起事件的概率上思维。我们通过理道抉择缘起，而难得肯定是概率事件。这个时候就看到了心上刚才说的这个道理，非常难契合到法道，正确的答案只有一种，而错答无量无数。在这个世界上有无量无数的思想家，他们各说一词，下面也有很多的听众，就随顺他的见解来行持，那是极其地颠倒。不必说出世佛法，连世间的善道都说到“天不生仲尼，万古如长夜”。这样才知道，法道是这么珍贵，我学道的机缘是这么难得，这样的话，哪怕每天能与法结一点缘，做一点，都要百倍珍惜。因为这个就是我们唯一一条自救之路，不归依、不随顺佛，我们就会是永世的瞎子，根本就不晓得真理在何处，凭着自己瞎摸瞎撞，根本没有办法看到它的秘密。

这样才已经确认了，确实堕落恶趣，一点修法的自在都没有，那时候我会有什么作为呢？那很明显完全是随顺极深的业果愚不断地起各种狂乱、恶劣的心念，做各种颠倒的行为。

不光是恶趣，生了天也没有很大意思，因为那时完全就是散乱心，时时都是缘着五欲，不会缘着法道去走。那个机率太小了，所以佛都不选择在天道上示现成道，也是这个道理。因为受法的人很少，他不堪，在缘起上一直合不到点，心不能契入法。

就象一面万里长城一样的墙壁，只埋伏了一个契合的孔眼，一触到这个开关，门就开了。在这之外的无数触点，触到时全都是反

弹而堕落的，这就太难了。不必说真正的恶趣，我们就只看人间的情况，就会由衷地悲叹。现在把全世界的教材翻开来看，有哪句话触到了缘起正道？有几个人能入于修法的正轨里？有几个人有真实的归依呢？这个就是十分难得的机缘。

“未能作诸善，然已作众恶，经百俱胝劫，不闻善趣名。是故薄伽梵，说人极难得，如龟项趣入，海漂轭木孔。”

再继续思维：一旦陷入了恶趣，那是什么样的善也做不到的，反而会不断地造无数的恶业。就是一堕落恶趣，全部都是赤字，一点善都发不起来。譬如，你成为一位残障学校的老师，那里全部都是痴呆儿，他们的智力比旁生可能好一点，这个时候你才发现，他们连一点都起不来，全部都处在一种痴呆的状态。这时才能感受到，原来得一个健全的人身是多么宝贵。然后你再把这个障碍放大，放大百千倍，才知道，他毫无自在，经常会做出各种各样的恶行，一点健全的心智都没有。堕到恶趣里还能读一页书吗？还能起一个善心吗？那是不可能的。

所以，一堕到下面去了，那就是暗无天日的一种遭遇，心是黑漆漆的，一点点的善念起不来，蒙得很厉害。它就是一种不断地疯狂、挣扎、嚎叫、滚动、饥渴难耐、痛苦灼烧等等这一系列剧苦的综合事件，苦到那个程度还能修什么善？但是在那么长的时间里仍然不断起贪嗔痴的心。

所以真正教残障学生他才知到，明明费了很大的力气，但一点

都教不会，甚至可能教十年也学不会两个字，没办法做一个正常人的行为。那个时候你就发现，你费尽了极大的力气想把它拔除，但是一点都拔不动，那个时候只有听天由命了，他不是单凭人的意愿就能成办的。

在那种状况下你很容易明白，没有什么发展的，善行上基本是零，像这样来，很能肯定经过百千俱胝劫听不到善趣的名字，更不用说投生到善趣里来。所以现在过着一种非常自由、能够运转起善心的生活，跟恶趣相比，不知道幸福多少倍？那是多大的福报？所以，我们现前就是一天有安心的时候，都要谢天谢地，谢佛祖，谢三宝，这实在太难了！

我们是因为不知道整个轮回的情况，如果真正知道了，就会有这种难得的心。或者一个人经历过很多的战争、饥荒，乃至被关进监狱，受各种刑罚、责打，以后他会感觉能过这样生活太难了，所以他会百倍珍惜。

从轮回中能得到的所有的所依身上来看，人身的难得简直是无法想象的。用非常高级的计算机去计算这个百分率，你就看到小数点之后的零太长了，就是人的入选率太小。三界的众生到了临终时，就是开始决定他的去向的问题。他在这一生有什么业绩，再加上前世做的，这么一看，全部都考不取人身。阎罗王就忙极了，他每天要押送很多人进恶趣，生天就很少。行了善，榜上有名的，就把他送到天趣，但是也很惨，他享受了还要往下走。这个里面极少量的众生被送到了人趣，入选率太低了。就好比一个学校一万人，到了高考的时候，只能考中一个人，大家就认为比率太小了，跟全军覆

没也没什么区别了，我们都没希望，我们没那个好前途。自己衡量一下也知道，我没那个资格。

但现在得人身比这个难多了，就好比一个省的中学里面就只有一个人录取，而我们就是那个录取的人。录取了以后，什么书不读，什么好事不干，在法上根本都不修，然后躺在那儿睡觉，结果过了几年，又被打回来了。那人家就说，太愚痴了！那么好的机会不晓得珍惜，我们是求不到，我们想得还得不到。就像这样，所以在修法书里老说“百年一饭”，但我们可以换一点比喻，想一想都很好，不这样想马上就蒙了，根本就不知道这是怎么回事。

所以薄伽梵说人身极其难得，就像一只盲龟，一百年上升海面一次，海上有一个有孔的轭木，被风吹着不断地飘荡，没有任何的固定。而这只瞎眼的乌龟，升到海面上的时候它的头刚好就钻到轭木孔里，得人身就像这么困难。

如果轭木它在海面上固定在一处不动，这还有一点可能，但是它是不断地随风飘荡，而风向是不定的。这只乌龟如果它有眼睛，它还知道去找轭木孔，但是它是盲眼的。所以乌龟看不到轭木，轭木也不会飘向乌龟，这样你去算，这个概率那是极小，小到不知道多少微分数了。这个也要清楚，这是真实的事情，就是刚才说的恰好碰到法上就特别难。

它是个盲眼就表示他不知取舍，天天都是胡乱而为，不知道法道在哪里，所以会起无量无数非法的念头。而这个轭木是随风飘荡，表示随业风不断地飘。这个瞎眼的盲龟从海底升到了海面，表示它得到了善趣，但是得到善趣很快又下去了。得到善趣的时候头没有

钻到轭木孔里，就表示它没有被纳入到暇满的轨道里，因此得一次人身造了很多业又下去了，还是一样的瞎子一个下去了，下去了又升上来还是碰不到。这才知道，真正要能碰上是极其难得的。

“虽刹那作罪，尚住无间劫，况无始生死，作恶岂善趣。”

再说到：一刹那造了重罪，都需要长劫住在无间地狱里，何况无始生死以来造了多少的恶业，哪里能生在善趣呢？

所以因果是非常可怕，现在首先是要具足下士道的基础，要产生一种截然不同的心态。过去对现世认为非常幸福快乐，没有什么顾虑，这是一种愚痴。真正下士的前面几项一出来了以后，他就发生归依了。为什么发生归依？因为太可怕。他现在还不是想其他众生，他想到自己的处境的时候，“太可怕了”。一直想到全身发热，坐立难安，因为实在是太可怕了。真的懂了因果律才知道什么叫战战兢兢，一旦堕下去了，确实是万劫不复，有那么吓人。

就像《贤愚经》说的那样，过去当法师一次造了欺骗、妄语等的恶业，就落到了地狱里。佛经过水滩的时候，以神力召了他的识，就能够说人话对话，让弟子们都看到因果的事实，结果佛说了，贤劫千佛过了以后，他都还得不到度脱。可见是太可怕了！

所以现在首先要用观察慧开启见解，无论是暇满无常、恶趣苦都要首先确立观念，观念没有，根本就防不住。所以人是非常危险，刚才这里也还是要对因果相信，一刹那间对于菩萨起嗔恚心，就要住在无间地狱里一个劫。想想看，因上是这么一下，然后果上这么

长的果报，这是不得了。所以因果上没生信，那就完了，因果上没有起信解，基本上就完了，这么可怕的堕落，业性是这么可怕的增长率。

有人说我不信。那你说现在只要喝一点毒进去，你看一点毒现前什么反应都没有，但一喝进去了以后，全身都会被腐蚀，它能够迅速地发展。缘起力很可怕，做对了，当然也是能够非常快地开展，但做错了，它的放大率太大，它的力用太大。这样来看，全世界的人确实叫做饮苦食毒，肆无忌惮地造恶业，这就是业果愚的驱使。所以在这个缘起律上观察的时候，一旦人没有脱离业果愚的时候，就都是往恶趣走的。

再从时间上展开来看的时候，不光是往恶趣走，你还能看到无量百千亿劫一直在恶趣里轮转，因为业力太多了，业造的太多了，每一个报的时候都是这么大的量，这么一个个排下来，哪里能得人身？

这以上讲到从善趣死后堕落恶趣的像大地土，善趣死后生善趣的如指甲上的尘，其次说到恶趣死后堕恶趣的如大地土，恶趣死后得人身的如指甲上的尘，总而言之，无论善趣恶趣死后得人身的，都是极其稀少。又通过缘起理证明了这个问题。下面是第二部分，以断疑的方式来抉择。

若作是念：由受恶趣苦，尽昔恶业已，仍可生乐趣，故非难脱也。

有人会这么想，堕到恶趣里受那么大的苦，受完了总应该能生

善趣吧？所谓的苦尽甘来，苦到了头就应该能够得个人身，所以不难解脱的。或者认为在因果故事里不是讲到了很多得超生的公案吗？其实那只是大海一滴，实际上是非常困难。这还是要从他堕恶趣的时候他的心上是起什么业来决定的，这不能凭想象。如果他起的业好，而且他宿世的善根也萌生了，有某个很幸运的机会得到三宝的加被，这样因缘刚好契合，他是可以被拔济出来的。但是对于无数的恶趣众生来说，是没有这个机会的。

即受彼苦之时，时时为恶，从恶趣没后，仍须转恶趣，故难脱离。如云："非唯受彼已，即便能脱离，谓正受彼时，复起诸余恶。"

正当受苦的时候，还时时不断地造恶，这样在恶趣这一生结束以后，清算一下业的账目，发现全部都是黑业，一个善法也找不到，那当然是再发配到恶趣。

就像这个人已经关到监狱里了，要受很长的刑，那他是不是受完了就能够释放呢？如果他改造得很好，是可以释放，甚至可以提前释放。但是他在监狱里不做好事，结果一个刑罚没受完，又造了很多罪行，因此就继续关押，继续受刑。就好像这样，因为在这上面没有人情，完全就是按照缘起律来办事的。这些众生堕到恶趣里还在不断地起恶心，他死后阎罗王那里一清算的时候，恶心很多，那只能再押到恶趣里去继续受惩罚。

现在就像《入行论》所说，这不是受了恶趣的果报就能脱离的，因为正在受报的时候，又不断地再造新恶，因此是一病未了又生一

病，一苦未了又造苦因，所以苦就连绵不断了。本来就是烦恼恶业很强的人才堕到地狱里去，比如以杀业堕到了等活地狱，堕进去了以后只是受苦就能了结吗？不是的。他在受苦的时候又以嗔心发动，互相拼杀，然后被刺死，又复活过来，又起嗔心，起嗔心又被杀。或者造邪淫众生堕到炮烙地狱，他还是起这种心，一见到烧红的柱子他认为是美女，一抱的时候被烧得焦烂，死过去了。巧风一吹又活过来，看到前面还是美女，还要抱，抱了又烧死。像这样，在漫长的一期受报里，连带着起了各种各样猛厉的恶心。到了他这一期受报完了，清算一下，那是好多的恶业，还要继续受报。

所以恶趣是很可怕的，因为一堕下去就没机会了。这好比在人道当中，很怕人发疯，一发疯我们就感觉不妙了，为什么呢？他很难康复。因为他疯的时候心识非常地狂乱，因为心识的狂乱，同时他心里想的，口里说的，身体做的，完全是疯狂的。这样来看，他就很可怜，这一辈子不可能好了。得个小感冒几天就好了，他不是根本上的损坏。这样想一下，那些陷入恶趣的众生死了以后，绝大多数还是堕恶趣，只有极少数得到人身，这个比例就像大地的土和指甲上的尘那样。下三趣的非常大的区域里，黑漆漆的全都是受苦的众生，在他们当中能找到几个能得人身的呢？实在是比大海捞针还困难。

思维心中的法道

1、 从果的数量上思维暇满人身极难得的道理，结合比喻想一想得人身的概率到底是多少。

2、 从因上思维暇满人身极难得的道理，想一想，为什么得人身那么难？

3、 分别对六道众生造业的情况做具体的观察，思维以这样的业因能否得到宝贵的暇满人身？特别要观察自己的心行，推测一下，在这样的情况下，下一世得人身的机率有多少？

如是思惟难得之后，应作是念而发欲乐摄取心要，谓若使此身为恶行者，是徒耗费，应修正法而度时期。

思惟暇满关键是要发起取心要的欲乐，心里要不断地这样想：如果让这个身体去造恶业，那真是白白浪费了这万劫一遇的殊妙机缘，实在是太愚痴了，所以我应当以修法来度过每一天。

这里的“时期”根据每个人修暇满的量不同，有的想到的可能是一生、一年，心更迫切的想到的是如何度过这一天，达到极致的就以分秒为单位。

如果摄取心要的心已经精确到了每一分每一秒，就能时时都转到修法上，完全趣入修法，就已经达到了懂哦瓦那样的修量。因为他一想到暇满的时候，不允许自己浪费一分钟，他没有丝毫的放松，真正修法的人是没有“剪爪之功”！身心松紧的调适之外，不会在无意义的事情上浪费一分钟，这是最高的修量。

如《亲友书》云：“从旁生出得人身，较龟处海遇轭木，孔隙尤难故大王，应行正法令有果。”

就如《亲友书》所说：从旁生脱出得到宝贵的人身，这比盲龟在大海里遇到轭木孔还要难。现在是非常难得的最好的时光，佛经中形容为昙花一现。昙花只在化身佛应化世间的时候开放，是极大的祥瑞的表征。而得人身比昙花开放还难遇到，所以在这时一定不能容忍自己浪费暇满的罪行，另一方面也应该感到庆幸，我一定是

在过去的很多生里修了无量的资粮，如果没修集资粮，没有汇集百千的因缘，绝对不会出现今天这样的机会。

这么殊胜的法，这么自在的因缘，假使退后四十年，就处在文革时期，那时候一页经书也看不到，一句嘛呢也不能念，人也就那样无意义地过了一生。一些已经获得成就的大德虽然在监狱里也一样修道，但是凡夫小辈哪里能做到呢？因此要劝勉自己“应行正法令有果”。

这么难得的机会，如果仔细观察，会发现这种时机是刹那上显现的，也就是这一刹那用在法上，就有果利，如果空过了，它就再也不会重现了。其实一年的时间也同样一眨眼就过去了，五个这么多过去了，这个大好时光也基本就过完了。

就好比一叠钞票，如果每一张都买了有用的东西，那就实现了它的价值，但这叠钞票都用来买烟抽、买酒喝，那就完全是浪费，而且浪费了也就不会再有了。同样，这一生可以供我们利用的时间很短，很有限，所以每一分每一秒都要珍惜，都要得到法上的利益。也就是每天都要观察善心是不是有增上？今天出离心、菩提心、无二慧是不是都有一些增长？如果有的话，就应当修随喜，希望明天能够更加增上，如果没有就应该感觉很伤心。

“若以众宝饰金器，而用除弃吐秽等，若生人中作恶业，此极愚蒙过于彼。”

就像用很多的珍宝装饰的金器，本来应当供在高幢之上百倍地

珍爱，却用来装垃圾、唾液、粪便等，别人就觉得你太愚痴了，怎么拿这样的无价之宝去装粪便呢？如果一个人已经得到了人身的珍宝器，却以它在相续里装满了各种恶业的粪便，那是更加愚痴蒙昧的做法。

这里的金器比喻人身，以各种钻石、玛瑙、翡翠等作严饰，表示在这个人身上具有八暇十满等很多的功德妙用。就是说在这个人身上有信心、有精进、有智慧等等，是以万德庄严的一个所依，非常圆满。一般的人身比恶趣身虽然好一些，但是没有信心，或者启发不出智慧等等，有很多的欠缺。

这样的暇满人身本来应当百倍地珍惜，用来实现无上的大意义，不要让它沾染到任何罪业，但是不但不去珍惜，反而天天都用它来装大量的粪便、唾液等的污秽物，那这是极愚痴的人。现在就能看到人身是一个最殊胜的如意宝，但是我们在这个所依上面不断地起各种贪嗔痴，造各种恶业，用这个人身装很多的恶业种子，这就是最愚痴的事了。

《弟子书》中亦云：“得极难得人身已，应勤修证所思义。”

这是从正面说明，得到了极其难得的人身后，应当非常精勤地修证自己最希求的佛法义利。

“所思义”就是指我们一直想要得到的佛法义利。这就像世人一直会想“我怎么才能得到巨大的财富”，为此他会精勤地去修作、努力。我们所思的义利不是外在的财富、名誉、学问，而是想在自

心上怎么才能出现出离心、菩提心、无二慧，能不能生到净土等，这些利益。心里要一直这么想，我所希求的就是这几样，为此每天都要在这上面努力，一天不行，再来一天，夜继以日，日继以夜，这样不断地努力，精勤地修证，这才是得了暇满人身后取心要的做法。其它都是外在的事，它不具心要，真正心里起了出离心、菩提心、无二慧，那就算是得了心要。自己也感觉，我这一生值得。对一个修法的人来说，虽然现前享受了很多，但是罪业很重，到临终的时候肯定要后悔的。如果现前就在这个心要上着力，那每一天都不后悔，临终更不会后悔。

此又如大瑜伽师谓懂哦瓦云："应略休息。"答云："实当如是，然此暇满，实为难得。"

这又像大瑜伽师对懂哦瓦说：你应当稍微休息。他说：实际是这样，但是这个暇满实在是太难得。意思就是，我舍不得让这个暇满在空无意义中过去。

这就好像有人说：你放松一下，休息一下，也玩一玩。那自己就想：这个暇满人身太难得，一个小时的暇满也是百千万劫都难以遇到的，这样没有意义的过去，我舍不得，我放不下。这里是要放不下，这里要是非常放得下，那就是颠倒了！所以不要把果上的事拿到因上来说，很多人因果倒置，已经成就了、开悟了，他是潇洒自在的，但是要知道他之前如救头燃的样子，他是如救头燃地用功，就跟死了父母一样，那个心是那么急切，拧成一团。等到他得自在

了，当然一切都是游戏。

有的人把精进当成执著，常常劝别人："你不要太执著，要放下"。其实修暇满明明是让你放下无意义的事，在有意义的佛法上尽量提起，如果有意义的事都放下了，结果发现无意义的全部都提起了，那就非常地颠倒。

所以修习暇满最终要达到懂哦瓦这样的量，他就是我们的目标，只要不断地修，肯定也能达到这样。因为念头串习得非常强的时候，他自然就没办法放弃。不用说这样修佛法的善心，我们看那些真正有求学之心的学子，他昼夜苦读，甚至没有放下书本的时候。人生起了欲乐就是这样的，一旦确立了信念，他愿意为此抛弃一切，成为一种锲而不舍的执著。

曾经有个人突发奇想，要做一个旅行家，觉得这样生命才有意义。川藏公路、青藏公路等他都徒步行走过，后来在罗布泊穿越戈壁滩的时候死掉了。这就是放不下，别人说你不要做这个，没有意义，但他觉得是有大意义的，就放不下，确实是锲而不舍。

同样法上的欲一旦起来了，是没有人挡得住的。但是现在我们对佛法还没有这样深的胜解，一旦胜解起来信念就来了，信念一有了，欲乐就出来，欲乐一有了，精进就出来了，道次第是按照这个来发展心的。所以常常说的"信欲勤"三字诀，贯穿了整个广大道修行的始终，那是为什么呢？它是要发展心，这个是非常关键的。如果前面都没建立，那后面整个佛道就没办法走下去，它连一个根本因都没有。何况这是心上要走的路，必须要有很明确的观察慧能够体认它。不像外在的东西有形有相，眼睛能够看得到，或者周围

有很多媒体的渲染，或者有别人的介绍。内在的心法必须是观察慧开了才看得到，观察慧不开，整个都是一片混沌，那个心力是没办法开展出来的，所以《广论》一开始就要发展观察慧就是这个道理。

这是一条心上的路，从初发业一直走到菩提、断证圆满为止。这条路靠什么支撑你一直走下去？必须要发展出内在的一系列的心所，它才能维持得住。这里以信心为开端，信心要通过胜解来启发，胜解要由观察才能得到。信心一开启了，后面欲、勤、轻安等一系列自然就会发展出来。这全部都是内在心上的事，走的是心上的路，是法的道路。

我们在世间人身上能看到的那些相都是心所的活动，移到法道上决定是有的，但是跟那个还有不同的地方，就是它是清净的、纯正的，它没有一个不是善心，有这些特点。而且真正启发出来的时候，确实跟释迦因地那样，那个心发起来了没有任何人能阻挡得了。《贤愚经》的第一篇说的就是这个事。那是真正地发了无上道心，别人很难理解，连八万四千小国那么多的非常爱戴国王的小王、臣民们，都很不理解。为什么他下了那么大的决心？这是他真实的信念和欲已经起来了，确实是如此。

其实按照一切法来说，就这个欲是最大的，这个心力一开发出来，它是最广大的，所以法道上的心确实有很大的开发潜力。但是如果你不努力按照法道去实行，就离你有亿万里之遥，为什么呢？因为世间上见不到这样的心，也不可能从世间的文化里、老师那里得到，毕竟它有内外的差别。所以我们这条路叫做“内”道，我们的教叫“内”教，我们这个明叫“内”明，其它的都是次要的。

所以这是一个极大的修心工程，真正明了它的意义，实在比办多少个奥运会都重大无数倍。现在世界上开多少次的博览会、奥运会、文化交流等等，这些都是外在的法。或者建多少个电视塔、摩天大厦、地铁、机场、卫星发射中心、宇航飞机等等，这些都是属于外物的事物。一般人认为把人送到月球上去是很伟大的事件，但在佛法来看毫无意义。真正道次第的工程，是在内心上成佛的工程，它要给人开发的全是内在法道上的事。而这项工程要靠我们自身在自己心上去开发，这上面的一砖一瓦都要一块一块地砌起来，没有其他的办法。内心的事情没有形相，没办法端出来，只有用外在的东西来表示。

又如博朵瓦云："如昔垄宇有一雕房，名玛卡喀，甚为壮丽，次为敌人所劫，经久失坏。有一老人因此房故，心极痛惜。后有一次闻说其房为主所得，自不能走，凭持一矛逶迤而至，如彼喜曰：'今得玛卡喀，宁非梦欤！'今得暇满，亦应获得如是欢喜而修正法。"

又像博朵瓦说：往昔垄宇地区有一个雕房，叫做玛卡喀，非常雄伟壮丽。后来被敌人劫夺，过了很长的时间，这所雕房也就朽坏了。有一个老人因为这个房子失坏了非常地痛惜，后来有一次听说这个房子又归还了主人，他自己不能走，就拄着一根拐杖蹒跚地来到雕房前面，欢喜地说：现在又得到了玛卡喀，这不是梦吧！因为它实在是太美丽壮观，不论是从总体的结构，还是细节的每一个支分的建造、雕刻都精美绝伦，忽然间就被敌人劫走，然后失坏，当

然是极其痛惜。后来又重归原主的时候，他觉得这不是梦吧，这种事还能再次重现！同样我们得了暇满，就像再现玛卡喀的壮丽宫殿一样。往昔也曾经得过，后来被烦恼的怨敌劫走，一下子失去了。过了许久，自己又得到这个暇满，这个叫庆快余生，自己就感觉我又得到了玛卡喀了，我又得到了暇满了。

仔细衡量一下自己这个珍宝身上的德相，这么殊胜，有这样的智慧、信心、精进的力量，对法的欲乐。方方面面去看的时候，这上面有好多德相。外在来看，充满了因缘，这个时候就感觉是又得到了玛卡喀，不是梦吧？所以我们得到暇满应当生起这样的欢喜心，在一种非常喜悦的心态中孜孜不倦地修行正法。

欢喜就是精进的相，乐此不疲，非常有欲乐。这么一想起来，劲头十足，做任何一分法的事业都是百倍地欢喜。就跟吃到了精美的味道一样，听法就跟野兽闻琵琶一样，或者戏迷听戏那样，看经就像影迷看电影那样，修法就像体育迷天天打球那样。一起了欢喜的时候，是非常高兴、非常愿意，如饥似渴一般。

所以，这就是要把过去庸俗的心全部转成法道上的心，这是一个很大的关键。所谓修心工程就是全部要把过去的心转成法道上的心，转得快世俗的心很快就没有了，他的信、欲、精进全部转在法上去了。天天不离这个本行，说什么都是一个法，除了法就再也没有别的所爱。就好比现在人爱玩电脑，开玩笑说这个人实际上已经跟电脑结婚了、跟网络结婚了，他天天就是围着电脑转，天天就在网络上面，最后电脑就成了他的最爱，一天不上网就没办法过，这种叫做跟网络结婚了。

乃至未得如是心时，应勤修学。

这是标出修量，乃至你没有出现这样的心的时候，就要精勤地修学。要按照前面讲到的方法不断地练习自己的心，总有一天，会出现这样的心的。

练习的时候最开始只是起一点，你不断地串习，串习多了心就很猛。就世间恶法来说，比如男女相爱，最开始也是从一个很小的地方开始，串习多了，就出现了很强的心。世间的任何事都是这样，懂得这个道理的人要培养一个人，首先就培养他的兴趣。但是也不能操之过急，只要不断地用他喜欢的东西喂养他，把他的心调出来，经过若干次以后就会变得很强。

又好像是看足球的心，一开始没那么强，比不上超级球迷，但是只要不断地去看，不断地去熏习，口里这么说，心里这么想，而且身边的人不住地赞叹，投入到这种氛围里，过不了多久，当不了超级球迷也差不多是个准球迷。那时他的心态就完全不一样了，到了没有球就没有办法过日子的程度。一有球赛那是必看无疑，其它一切都可以放弃，今天这几小时就专门要用来满足看球的欲望，要满足看球的心，这叫做过一把瘾。而且看了以后他还会再随喜，今天球赛太精彩了，明天还要继续看，这只是外围的分组比赛，还有半决赛、决赛，一场都不能落下。像这样就是一种欲，这种欲只要坚持串习，不知不觉就串习成一个强大的习气势力，有了它就叫做已经上了瘾。由这个瘾劲一遇缘就猛利的现行，那就必须要取到，取不到就感觉坐立难安非常难受。这跟最初些微的欢喜已经完全不

一样了，最初起的一丝欲心，经过几十次充分的投入，很快就已经达到着迷的地步。只要着迷了，后面你就不用管它，因为它的力量已经胜过其他，没有人能改变他了。

追星的人也是这样，他第一次是跟着同学跑去看现场演唱会，因为现场的感染力很大，挑动人心的力量很大，而且是借助群体的力量把人的心挑动得很强，以后他自己已经心甘情愿地做一名追星族了，这就是他已经出现了欲。

就像这样，佛法上的事，一开始要更难。因为它很深，而且是一个内在心上的事，所以一开始启发比较难。但是你能度过这个难关，串习深了，它是十分持久的，没有人能夺得走。一到量，你肯定已经是一个献身佛法的人了，不会有第二条路。而且这个心一起来，它就已经有力地占据了内心，它能非常干脆地排除一切其它的世俗心念。所以不是说这个道次第要学到后面才起作用，就这第一个心串习成了，其它的心都会被排在外面。就好比一个球迷，足球已经成了他的至爱，那在这个问题上面，第一个要求取的就是它，其它的就都是次要的。

现在要发展取心要欲，就是要把对佛法的欲变成第一位，这样的话其它的一比就全比下去了。什么上网、听歌、看大片、聊天、游山玩水，做一些现代科技、世间慈善，全部撇掉了。各种欲之间也是在竞争，如果某一种欲占了最大的地位，它的力量最强大，它就成王了。那个时候人的心就强烈地执著这个是首选，其它的都能退一步，但是就这个不肯让步。所以第一个取心要欲修好了，其它的心，什么吃啊喝啊，玩啊乐啊，全都要让位，最终发展到连剪指

甲都不让，发展到连一分一秒都不让。懂哦瓦连睡觉都不让，因为他的两个欲在比较，本来人的睡眠欲是很大的，但是他法上的欲超过了睡眠欲。

就像来果和尚参禅，他参禅的欲超过一切，那个欲就抓住他，每当他一上路的时候，他那个参话头的欲很强，他不允许自己丢掉，一起来这个话头就必须要起，无论到哪里他的话头都不丢。那就是他参禅的欲非常大，这种人就会成功，所以他很快就开悟。因为他的这种欲使得他很快地拧成一团，他不晓得别的事，因为这个欲最大，吃饭睡觉的时候都不肯丢。如果你求生净土的欲是第一大，那没人能挡得住。这一句阿弥陀佛死都要念的，绝对不放弃，这种人就肯定成功往生，相反，没有这种心就修不到。

像大势至菩萨这样的所谓“都摄六根，净念相继”，然后入三摩地。没有这样精一的心就入不了三摩地，不能相续。所以要检验你在哪个法上能成就，就看你对哪个法的欲大，哪个欲占据第一位。这个欲一直摄住心就没有别的想法，而且能一直干到底，那么结果就必然是成就。所以从总的修心上面，一定要发展这样的心。没有这样的心，常常中间就跑到其他地方去了。为什么总是半途而废不能获得成就，就是因为他的心力没有欲的摄持散掉了。

这里说“没得如是心”就是指像前面所说的懂哦瓦那样的心，已经是强大到了胜伏一切其他的欲，这个欲最强。我们用世间的恶法来比喻就如同男女相爱，真正爱恋到了最高潮的时候，他要去跟所爱相会时，无论遇到有多少艰难险阻他都要去的。无论有多少险难、多么遥远、要遇到多少风雨、多少困难，都挡不住他，甚至牺

牲生命都再所不惜，人的欲就有这么大的力量。

配合在法上面，这个取心要欲就是法上的欲，这个欲要一直升级到像懂哦瓦那样的心，那确实其他任何尘都夺不走。或者就要像《贤愚经》世尊因地求法的心那样坚定，那没有办法改变了，不论多壮丽的江山、多少眷属都根本不可能动摇他的心。哪怕是全天下的人都号啕大哭，恳切地祈求，他都不动摇。从正面来说，就是身上钉千钉、剜千灯也无所谓，他就是要求法。

刚才我分别讲到了世间的法和佛法的譬喻，这两个都是实际能发展的，并不是夸张。你看男女的爱情如果已经达到非常炽盛的点，他就可以为对方牺牲；佛法的欲发展到极致就更强大，可以舍弃一切，用自己身体的血肉生命交换也再所不惜。所以常啼菩萨那样的求法欲是真实的，并不是虚拟、夸大的说法。那是真实的人，他为了求法可以卖身，这个身体都可以奉送的。无论中途多么遥远，他都要赶到法勇菩萨那里。法勇菩萨入定那么多年，他的恭敬心一直能够禀持，那是什么原因？这都是法上发展出来的善心，就是他对于法越是有一种渴求，越是有一种珍视，相关一切的善心都会出来的。只有这样才成了一个法道上的人。不然就根本没办法解除内心的各种世俗习气，因为里面的善的方面太弱，发展得很不够。如果他发展到足够强大的时候，那后面就转动非常快了，因为那个动力已经旋转得非常快、非常猛利，而反面的东西完全被替代掉了。这时这个人就涌现出极大的法上的善心，一系列的做法全部都会出来。别人为什么做不到？就是他心上阻力大，发展很不够。

所以就好像一个人，最初在母胎里十个月，先天的孕育很足，

他的活力就大。如果根本就没到月份就生下来，他就弱，因为先天的势力不够。如果孕育的时间再少，甚至都不能成人。这就表示种子的力量很重要，最开始的培育是最关键的，为什么呢？这都是在因果的道理上讲，你现在不要去看果，要着力加强因上的势力，要再再地去培养他。这就是所谓大器晚成的道理，器没培养好，种姓的力量不足够，志愿很微薄，这样就不用看了，再怎么也是搞不出来的。

很多人就是犯这个毛病，他在缘起上愚昧，结果只凭着自己一厢情愿的想法，认为佛法上最好是你给我一个超级方便，能三天就完成。他不晓得他的根性有多薄。而且他不在这个上面着力地培养，结果几十年以后一样没有力量，在佛法的修证上一点力量都没有。所以就像密祖所说的“缓缓修时快快到，低处修时高处到”。你要培养球迷，是要他自己的心随着这种境缘不断地转动，所以最高明的老师不是侧重在后面，他唯独重视的就是前面，首先开发他的欲，而且不断地助长他的欲。也就是他首先根本不去管后面的结果，他就看最初的这个火候到没到。如果还没到，就再点火，让他的欲不断地增强，在任何处都着重培养他的欲。欲一到量了，其他细节上的事情他会自己慢慢发展，后面的事就不用别人发愁了。就像球迷的欲一旦起来了，他连每一个细节都记得很清，每一场球赛都不落下等等。一谈到球赛的时候那种兴高彩烈、眉飞色舞、兴致勃勃，那种持续不断等等，自然就会出来的。没到那个量，有也可以，没有也可以，他是属于一种比较一般的事，不会成超级球迷。

就像这样，现在的问题就是欲是最重要的，这个欲其实就是志

愿。要解释出离心也好，菩提心也好，都是叫欲。但是现在我们首先有一个总体的培养，有一个总体地思惟暇满，然后又逐级逐级地培养，那就是断恶行善的欲、出离求解脱的欲，然后证大菩提普度群生的欲。那是一级比一级大，这样子你的欲已经到了顶峰的时候，也就是你成道的时候了。

你看禅宗二祖的欲大不大？他为了求无上心法可以断臂向祖师表示诚心。这不是装的，人的心到了那个地步是可以做出来的。为什么呢？因为他的心已经被激励到这个程度了。成道者都叫大丈夫就是这个道理。在佛法中要的是什么呢？就是你把法看得比生命更重要。有这种心就能得成就，没有这种心就不得成就。你这个心越迟缓成道就越慢。在经上讲到释迦跟弥勒相比，弥勒早发心，但是释迦因为精进所以早成道。我们要知道自己的道大不大，成就大不大，迅速不迅速，就看自己的志愿。现在要着力的点也是在志愿上，现在的志愿强不强是自己能判断的。自己能明白自己志愿不强，也能明白这样是根本不行的，所以要再加强这个志愿。它不是常法，你好好地去培养，它也能马上发展出来。

思维心中的法道

1、 根据原文思维，发起欲心要欲到量的相是什么？结合修行人的心相续思维，如果暇满已经修到量，在自己的身心中会有什么样的表现？

2、 归纳这节课中讲到的引起欲乐的方法，并结合前文思维暇满义大和难得的道理，在自相续中运用它，培养到量的取心要欲。

如是若于暇身能发一具相取心要一欲乐，须思四法。

要让这个暇满人身发起一个具相的一分取心要欲，必须要思惟四个法。

这是在总结要义，开示修心的要诀。这个法道如何进行？就是要通过四种思惟来启发：一要思惟我必须修法；二要思惟我现在已经能修；三要思惟我必须在这一生修法；四要思惟我必须现在就修法。这四个完成了，马上就能发起具相的取心要欲。

"具相"就是心上有这个内涵，真正有这样的心。"不具相"是可以在口头上重复，但并没这个心。譬如世间的孝道，具相就是有真正的孝顺，不具相就只有一个外的表现，这是做给别人看的。或者为了粉饰自己说得头头是道，真正具相的不必说什么，他的心里真的有这个心。

同样，法上的欲乐必须在心上激发出来，如果离开缘起正因，单是口头上效仿这样说是没用的。怎么能转起呢？是在我们开启了观察慧以后，自心在抉择法道的时候，真正看到了必须这么做，然后自然就启发了这样的欲乐。

有人会想，观察思惟跟修行有什么关系呢？我们不是教理派，我们是要修心的。这是因为他不明白教理正是修心的要诀。一般的德和智是分开的，尤其是现在的世间法更是这样，第六意识全部偏在外在的道上走，结果它和德完全分离。就是智慧转动的时候，对内心的德的开发不起到直接的作用，最后就发展成意识很发达，能说善辩，会各种的技巧，但不能切合到心上。内道是要直接切合到

心上，这个关系十分直接，心一见到法道就生起信念，然后发起欲乐而转动起来，确实都是一分分的善心，这个就很妙了。所以走这条道不会有偏差，这样走叫做见行合一的路，在见上一引起来的时候，就立即能转入行动。

所以现在就是要从四个方面思惟作为法道，心只要按这样走，善心就开发出来了。所以整个的道次第叫做修心的教授，它的入手处就是以理道来进行，而且十分有效，它就是看准了人行动的关键是基于观念。所以首先要在观念上发生转变，观念变了自然就出现善心，这是由于它符合缘起的正道。首先让你体会到什么是真实的道，然后告诉你怎么串习成这样的心，处处都要把握当下心的缘起。自心一见到缘起就会很理智地转入善心的轨道。要知道理智跟德行本就是非常地融合的事，这就不会有偏差，这样培养出来的人既有智慧又有德行。这就是我们佛法常常说的要见行合一，或者说智戒双运，或者福慧双修，或者智慧和方便常时都要并运。

这个时候你要知道法道的特点，如果没有把握这一点，发展成了只有单面的人，要么离开了智慧的引导，只是在很狭小的善心里勤作，没有办法不断地开发，而且也不能彻底，又会有各种的歧途弯路，这是不究竟的。如果单是在智慧上走，没有和德行配合，这个智慧就会发展成只做心外的知识。但是我们心上本来有智悲两分，必须平衡发展，而这个平衡不是到了最后来平衡，是在现前的时候就已经有意识地在智德、见行等上面处处都要求并运而行，用见去摄行，用行来完成见，这是在每一分上都要有的。在教导的时候首先要开启见解，之后教导你怎么转入实行，然后把这个见化成

自己心上的证德，这样就不会有偏失。

你想想看，车子一路行进的时候都是两个轮子，不是快到终点的时候才两个轮子并用的，在它前进的过程中每一步都是两轮双运。这就是法王说的“智慧为目戒乃足，依止增上定胜舟，离则多无行方便，常时并运此二分”。这个常时就是在修行的每一分上都这么做，就是把握到了它的要诀。

所以，会学法的人就是掌握了技巧，首先他肯定要用闻思来抉择该怎么做，把理道全都通透了，也就是心上的缘起道全部摸清、断定，然后开始实行。他不会停留在纸上谈兵的，会马上用在自身上把它修炼成功，这就是很精彩的人，他每一次都把握这两个东西。

这就是一定要吃准法王的教导，就比如学校里很聪慧的学生他一定有这两个，他上课的时候很认真地听，从理论上把握住该怎么做，这就是开了见，然后很主动地开始演算、实践，结果他马上就掌握了。所以是不是有见行两分？无论学什么课程都是这样。如果父母懂得教育，从小就让他把握住这个要诀，那他一路学上去，学成通才是没有问题的，无论学文学理都可以。人的心上只要均衡地发展，他的能力都会起来，这样培养出来的人非常有力量，最怕的就是落入偏差。如果只是单方面一只脚走就没有力量，所以很多人出现的就是这种人格上的偏差，或者重理或者重文，或者重见或者重行，都落在一边。所以宗大师最前面已经提出了四种弊端，偏离了圆满教授心要道，智者欢喜的道，圆满的教授藏，那是为什么？或者是勤修寡闻，或者是广闻不知修要，或者是片面眼，或者没有以理抉择法道的能力，这样造成很多偏失。由于在人的德相上不完

具，因此在行道的时候表现出各种的波折、晃动，不能够有效地达成证量。

这么一看，原来修道是要有这样的根器的，根器好学什么都能达到修量，一次打好了以后处处都能够打好。就跟读书的人如果他有这个根器，每次都拿一百分，一路上去都可以的，门门都学得好，但是根器不够，素质上有一些缺乏，他每次只能拿六十分，他怎么样学来学去都是这个样子，那是什么原因呢？就是他的器不够。

修法更是这样，譬如你要证道的时候一定要有五根，然后发展成五力也是这个道理。所以要完成一个圆满的菩提道，要有完整的德相，而这个也还是要一步一步来培养开发，至于你能得到哪种成就，完全取决于器的德相。

我们现前就是要发展道前的第一个最关要的就是一个取心要欲，就是法上的欲乐，发展到什么程度呢？他这种欲已经切到当天了，譬如说今天必须要吃饭，他就想不吃饭，没办法了，其他生命活动都需要依靠食物提供的能量才能进行，不吃饭的话根本不行。所以他每天要吃饭，一天不吃他认为会死的。同样，修行要切到我每天要修法，因为一天不修我恐怕会死，死了没机会，做其它的没意思。一直要达到现在就要修的欲，要出现今天一定要修法的欲乐，这个叫做具相的法上的欲乐。

这就要通过一步一步地来引导自己的心，一步一步地引着自己的心启发出这样的观念，也就是我自己思惟以后，自己心里非常认可是必须要这样做的。这样心地上一旦开通了路，也就是他的观察慧的眼睛打开来了，在他面前看到这个路是非常正确的，而且只有

这么走的，他的心就完全随顺这个道进行了。这以后他要求的就是数数地练习成这样的心，那个就是要行了，见上打开了，是发生行的契机。但见上打开了还不够，因为你还没有串习成这样的心，也因此紧接着就是不断地按照这四法不断地这样想，不断地引这个心。就跟做作业一样，一次引出来了就表示做到了，量还不够，我引一百次就已经强度加上去了，最后变成了恒常猛利，到这个时候就完全被这个心控制了。

这里的具相有没有发生这样的相？就好比弯弓盘马射箭一样，他首先要取势，一再地取势的原因，他调整状态是不是能瞄准，这是他的加行问题。一旦取到了势一箭射出去，就射中了靶心，这就表示已经到位了。思惟的时候，依靠这四个方面就开始使自己的心在运转了，运转的时候这样的欲已经给引出来了，这就表示一个具相的欲出来了。如果没有引起来，我的口还可以说，我的心还可以进行一些概念的运行，但这都不算数。

一般的人就搞不清，口头重复是一种技艺再加上口舌运转，他不具相，没有的，这种东西就叫做自欺。打个世间法的譬喻，男女之间，男的骗女的，他口里说爱，其实心里不爱。话是很容易说，但心里没有，这就叫不具相。或者心里按照这个概念转两遍就说得出这套道理来，但是你没这样的心。譬如说无常，在推理的时候相当会，不用几天就可以答一百分，但是不具相，为什么不具相？你一点念死的心都没有，不是真实地起来了，它就叫不具相，这不算数的，在真正修心的考试上是零分，它是个白板。用探测器去看的时候，就发现只是一系列的符号在转，善心没出来。真实的善心出

来了就是具相了，好比说真正的孝心已经出来了，这个就是具相。口头上谈的，嘴巴也这么说好听话就不是，或者很会写文章这也不是，这种事情就是叫做自欺，所以很多人都自欺，也就是没有切实地修心，结果却是用一种假相来代替。

这一步法的道路已经给你说出来了，它就是四句话、四个点，没别的。在已经发现了必须是这样以后，已经确立了见解以后，你就开始在心上要不断地进行了。每一次这么修下来，已经起来了一下，就表示在这个上面已经起了这样一个心，然后再不断地去练习，发展它、增长它、壮大它。练习的时候已经发生了十次了，你就感觉不一样，它的浓度强度都不一样，气氛也不同。如果发展到了一千次，就发现这个心已经形成了。形成了，往后就好办，这个心一旦已经成就了，已经出来了，而且到量了，它就能够统摄到一切的修行上，任何修行的前面都有它，这样就表示基础有了，志愿确立了。

所以佛法是非常殊胜，一般说志愿只是一种泛谈，没有这么清晰地揭示这上面修持的道。但世间说的那些也无不在这当中，他也会叫你多看一些励志的书，或者学习古人的励志故事，实际上也是通过这些方面来引起志向，然后不断地发展它，最终培养成一种志气。这个气也是很具体的，已经出来了，就表示你的心一出来就有这个气氛，他有善气。这个气越来越大，就表示他有大志气，他的心已经被这个给充满了，那个人一出来的时候你看到很有志气，说话、做什么事都由这个志气来摄心进行的。志气没有培养成，就是说这个欲乐没有，他就时时没有这个东西来把握，其实从外、内、

密、秘密四层上都有表现，这个义是装不出来的，必须要在缘起的修心的正道上去不断地引起它，最终到达大乘的时候它要发展最大的欲乐，这个就叫做菩提心。这个东西一起来，外、内、密、秘密四层全部都有表现，他这个欲一起来了，心一起的时候，就已经摄住了，就按照这样运转，这叫等起。也就是具足了加行的发心殊胜。那个气魄一来的时候，确实充塞了法界，那真是了不起，那是最大的一个志愿，是菩萨的志愿、成佛的志愿，一切佛因地就是这样确立的志愿，走无上道的。

现在道前基础它是一个总体的法道上的志愿，在现前就是一个总的你要知道，唯一的你要明白法，这在法上下中上三士在开展的时候有三层法，这上面分别对应着人天道、二乘道和大乘道，这上面是法的深入展开，具体进入。就像读书的时候有小学、中学、大学，但是入学以前首先给你确立一个读书的志愿，而这个志愿包括了整个过程当中的所有的学习，就是开始有了一个好学的心了。在逐渐进入的时候有分段的志愿，每一段上实际上都是这个总志愿的展开。但是最开始要建立一个总体上的修法的志愿，这就是噶单四依法，心依于法、法依于贫、贫依于死、死依于岩，整个的意思其实就是第一步法上的欲乐，所以它能总能别，总能摄别，别能开总，都是一以贯之的事。在我们这个现前位首先就是把握到唯一地放在法上面，而法现在第一步是放在内的心的缘起道上面。

所以首先要拓开广大道的见解，一旦你明确了这个心上有这样一个法道，不可能跑到别的地方去，唯一是行持这样一个道才有效，其它一切都是自欺。听从内心的业果愚的颠倒想法是非常不正确

的，所以我们的心靠不住就是这个道理。真正从法上有了确认以后，就把内心的整个观念体系全部都换成了法的体系，你唯一确认只有法的道路可以走。其它的自己心里起这样那样的想法全都是一种错乱性的重复，它不晓得有多颠倒，其实那是我们累世串习出来的，叫做俱生的烦恼性。从它不断地妄动就叫烦恼性，从它的蒙昧就叫俱生的无明。这个系统一定要认识，认识了以后一概地否认掉它，之后这个才成为唯一地确认法是正道，有这样的归依的人就完全走的是法道。这个观念首先要完成，完成就是表示我们入学前整个见解的整顿工作有了初步的完成，自己的意识上完全知道了，很随顺这样一条道，往后它有一步一步的事情。但是首先一个总的必须得确认到法道，从此之后你就变成一个只随顺法道的人。这个时候教法逐渐地在你心中起作用，你自己的心逐渐地就在这个法上面转了，心里唯一的就是依着法走，这样的心就会变得正直。

所谓的正直从广大道来讲首先是契合，它有深广两分必须得发展。从广这一分来讲，你的正直实际就是做什么都只是随着缘起的道，从甚深方面，所谓正直就如《起信论》所说“直心契合真如”。所以法是这样把我们的凡夫心逐渐地剔除掉，凡是有关业果和真实义的愚蒙首先就把它消除掉，之后它的行上就开始转变，就从无明系统转成明行系统，这其实就是法道系统的意思。之后你整个人就开始往真理上相合了，其实你本身也是真理。但是这里要通过一个法，首先通过诸佛表现出来的文字法的体系教导你，慢慢一步一步走的时候，你发现你越来越和真理契合，最后就合到这个真理也没有什么别的。

这样就把我们过去的那种妄情全部替代掉了，过去是情识情见作主，这个上面好大的错乱。那个根源上就是一念根本无明开始，不晓得发生了多少枝末无明和各种的妄动，结果结成很多的习性，组成了一个大错乱系统，支配着我们各种的行为，结果我们就偏离了法道本身，偏离了真理本身，这个就是我们的沦落。

现在是从归依法道开始往回走，然后在这个道次第上要经过差不多十几、二十步的转换，每一步转换都完成了，自己就发现我的心已经修好了。修好了就是把过去的无明系统全部替代掉了，替代完了是干什么？替代完了就是佛啊！就是真理！还有什么别的东西？没有别的东西。

所以我们现前就非常明白法和非法的区别，在这上面意义很深远，这个上面一旦脱开了见解，后面每一步都很深，每一步你都发现，要用尽自己的生命来投入，这样的话就把那种迷惑的妄动全部都消失掉了，然后一步一步地进行、一步步地转换、一步步地升华。其实也不是什么，就是深广二道逐步地往回合，最后合到了以后你才知道，教法说的就是这个东西，你就是法啊！这才知道世尊来世上是干什么，他为什么说为一大事因缘？为令众生开示悟入佛之知见。为什么说传一切法都把众生往法道上引，最终引到成佛，这上面确实是有一个极大的秘密。

现在回头说一下这四句。

其中须修行者，谓一切有情皆唯爱乐而不爱苦，然引乐除苦亦唯依赖于正法故。

第一个就要想，我一定要修法。作为有情都只是喜欢乐不喜欢苦，但是怎么来引乐除苦呢？这个时候只有法的道路，没有第二条路。一旦缘起确认了以后，原来所谓的真实的道路就是缘起的正道，世尊说的圣教就是唯一地要开启缘起的正道。换句话说，任何一分的引乐除苦，都是要在因上随顺这个正道才有可能得到，这个正道就叫法道。前面已经说了世尊所说的圣言，都是能够让众生得到现世究竟利乐的方便，为什么是方便呢？因为他说的就是心上的无误的缘起，离开了佛的法就根本没有道。

就我们现前来说，我唯一地只有按照法道进行，不能够随着我自己的想法进行，这个就是关键。因为我自己是个业果愚，其实就是对于缘起的愚昧，所以表现出行为上有偏差。现在没有别的，天理就在这里，只有这样做，没有别的路，因为只有这样做才能够离苦得乐，这样首先要确立唯一以法为道路，再不以其它为道路，这样心里就念念都在法上走了。

能修行者，谓外缘知识、内缘暇满，悉具足故。

首先想到必须修法，其次要想到我已经能修法了，就是这个法道上已经能走了。其它不具条件的就暂时没有可能性，他走不了这个路。就好比有智障的孩子就根本没有可能性，为什么呢？因为障碍太大，根本就切不到这个点。

同样，在这个法道上只有圆具德相的暇满身能进行，这个非常地稀有。前面一再说了这个机率太小了，为什么呢？因为很多只有

一个人的假相，根本没办法入到法道里，或者他自身的邪见，或者他的德行不够，或者根本没有这种缘。所以世上的人看到修法的人都觉得奇怪，这是什么原因？那毕竟是要很微妙的心识以及很多因缘才能开一个眼睛，见到心上的路，或者有善根才觉得我一定要走这样一条路，其它东西我全部舍掉。这种东西表示他有堪能性。

那我们想一想，我现在完全是可以的，为什么呢？外缘有摄持我修法的善知识，内缘我的善根、暇满等等都具足，这样我就能修法了。比一比就知道很难，其他人修不了，不要说修，连认识也没有。这不是容易的事，你跟一个人去说，你就是说烂了嘴也没有用，他还是不知道，怎么样解释他还是不懂，就跟有智障的人一样。或者有一些有一点点微末善根，怎么能开启明见整条菩提道路线的眼睛，他就守持那么一点点。你看多少学佛的人都是迷信分子，或者是片面分子，或者孤陋寡闻，守住一个小角，抛弃其余的一切，这就看到很不容易。

现在第二步思惟就是检查内在，我得了人身又具根，又生中土，业上没有颠倒，又有信心，尤其是能信法是一切世间出世间白法的依处，已经知道它是根本，一心依着法的信心是有的，等等。这么样一看，是具足了修法的因缘，这个第二个就完成了。

下面第三个：

此复必须现世修者，现世不修，次多生中暇满之身极难得故。

进一步要考虑修法的事情已经定了，只有走法的道路才有救，

才走得出去，其它全是死路，走不通的。但是人硬要去走，一走就落到苦海深渊里去了。这世上只有一条法的路可以走，其它的路都不可以走，只有佛告诉我那个路可以走。其它全部不可以归依，全部不能随便走的。

有些人说，那不还有一个善法还能得一个小健康嘛？你不要看一时，那个最后全部都跌到苦里，就是升天最终也是后边际以衰所摄，决定掉下去了。这样感觉到很严重，自己心里会说，我只有这一条路能走，我只有这条路走下去是真实会离苦得乐，其它的都不行。从这点你也可见缘起是十分困难的，就像前面说的只有这一条路，你已经进去了，一路往前走就是光明坦途，这以外非常危险，全部都是险道诈现为安乐的道。

前面我们说要得到暇满，就好比在无数的目标里头，忽然非常幸运地打开了法道的门了，其它一切全是死路。有些说这么难吗？是这么难。前面已经分析了，因为你的错乱比虚空中的雪花还要多，你的错乱比沙漠里飞沙走石的尘埃还要多，完全都是无序、颠倒、混乱当中的各种冲动想法，根本合不到正道。如果不是有幸像一只小虫，那只小虫爬到地面还顶礼佛的话，你是没有缘份的。因为只有佛才给你开导这条路，除此之外瞎摸是摸不到的。所以就算摸无数劫，起无数个心、无数种冲动总是走错路，走得非常地悲惨，走来走去都是断送自己，是这么可怕。

我们一定要这样明确才知道这个法道是这样的，它是无数百千亿错道里的唯一的正道，我再也不能去走别的路，全是死路，走不通的。你再不要去听信其他的人，他们会说有这个安乐，有这个利

益，全是假的，全是欺诳的。这个时候才知道离苦得乐只有修法，只有走这一条法道。然后现前就是万劫一遇的机缘，因为这相当难。在它的每一分上去观察它的概率的时候，你都发现它是无数种错乱里面出现的唯一的一种契合。这样要在累世当中，在这样正确的因缘上积聚得到，然后在今生当中汇成一种非常丰富的修法的资源，或者说展现出这样的连绵不断、充分、全方位的法道上的良缘，那实在是比昙花一现稀罕无数倍，这样会确定我一定要修法。

已经确立了一定要修法之后，接着就要在时间上观察了，要越来越推到现时的时位上来，必须要修法，这是刻不容缓的。所以后面两节就是破除拖延的懈怠。

“此复必须现世修者，现世不修，次多生中暇满之身极难得故”，就是说因缘上是只会显现一次，过后就没有了。那有些人说再实现一次嘛，但是这是极其困难。这就是说，我必须把握现世这一次机会，如果我这一世不修，以后在很多生当中要得到暇满的身这是极其困难的。

就好比一个经商的人，他知道商机一来了，这一次做这一单生意能赚十亿块钱，他马上想到，以后很难有这样的机会。这就是他的眼光很开展，所以他的行为上是很决断的，他不会拖延的，他的经验很老道，他知道这种机会很难有。他就知道一个人一生当中基本上遇不到一次的，不要谈两次三次了，这个时候他就要把握这一次机会了，那他是拼全力的。如果没有这种认识，对缘起上愚昧，他就以为这一次做也好不做也好，反正后面还有很多机会。这个很多机会是一种愚昧的话，为什么会说这个话？就是他对于后面的缘

起事件不认识。

又好比一般都很知道的，从八岁开始读书只有一次读书机会，对不对？如果你认为现在读不要紧嘛，等我后面再读一次嘛。那人家就会认为你很傻啊，因为缘起上已经看定了的话，他就知道不可能有两次，就是说你必须得读好，把握机会。你这一次读不好，你就完了，这一世就没有前途，那不是很显然的道理？因为从八岁一直到二十岁之间只有一次机会，不可能有两次机会。

就像这样，现在要观察到整个缘起的发展过程，就知道这个很难得，现在已经出现了，出现了等于是我已经处在修法生命的朝阳般的开始。这样我会有一段时间，这一段只提供给我修法用，我不能够想到这一段完了以后再去修，因为那个时候已经不出现了。就好比人知道了我的黄金岁月是八岁到二十岁之间好读书，过了这以后就没有这个机会了。就像这样，这个机缘以后是极难再出现，所以现在这一世的一段时间里我是必须要学法，不是拖到来世。

再进一步就要落到现在，那就好比读书，他就知道我这二十年肯定要读书不能做别的，因为做别的读不到书。如果有长远眼光他就知道，我这个十二年里是要读书，这样才会有大的前途，不能在这十二年里跟着父母去做小生意，因为一错过这个时间读不出来，连加减乘除也做不出来，那机会就错失了，永远最多只是做一个小生意，他就已经确认十二年里要读书。在读书里头又要想到我现在就要读书，现在要进一步缩短到今天、现在，必须要发起修行了，这是什么原因呢？就是它有一个无常的特点在，就是缘起上不固定的，很无常。这一生到底有多长？不确定。当你已经感觉到非常地

不确定，心里已经感觉到有可能今天就会出问题，这个时候心里就开始觉得我必须每天都修，不然的话一下子就没了。所以第四个，在已经认识到我现世得暇满有能修的机会的时候一定要把握，一定要投入修法，同时也感觉到这样的暇满身很无常，死缘一到就没有了，那就是现在就要开始修。

须于现在而修行者，谓何日死无决定故。

哪一天结束暇满是没有定时的，忽然间一来了就没有了，常常就想这是最后一刻。自己心里就想，这个法是最大的意义，“朝闻道，夕死可矣”，我今天没闻到法死了就遗憾，每天就想这是最后一刻，这是最后一次修法，这个时候他就百倍珍惜，不然确实算是白活一世。

前面讲到“应勤修学”，这个勤就跟练字一样，所谓“勤能补拙是良训，一分辛苦一分才”，就是你得勤练。平常说勤学苦练，苦练出真功，功到自然成，这都是说勤的问题。佛法上要勤，就是看起来一下子起不来，但如法的运转一下，还是会起一点点，但很快又没了。这就是有了一点苗头，这样为了这个心能引发出来，必须有好多量才能达到，这个要勤，就是练习的遍数要多。因为这种用心方式很不习惯，从小没人教你这么想，你没有这种内心语言，也没有这种取向，所以最开始肯定笨拙。但是要持续地引它，引的时候有意地按照法道走，就按照法上要求那样思择，这样就能引出这个心来，所以它叫思择修。就是说要把这个分别心引动起来，然

后来回地思惟抉择，考虑又考虑，考虑到一定的时候就能决定应该是这么做，这就开始调出这个心来。一不想的时候它又生疏了，又拉不起来，又得要想一想，我这个方程式怎么做？第一步是这样第二步是这样，然后再模仿来一下，它又出来，这就表示很不熟练。

跟刚开始打拳时一样，第一招应该怎么打？我忘了，忘了再看一下拳谱，左手这么举，右手这么举，脚这么配合，又模仿一下，还不太熟悉，再多练十遍就记住了。下一次再来的时候就不用再看拳谱，但还是比较慢打得不顺当，这都是正常现象。再打个成百上千次就顺心应手，真正掌握了。

就像这样，佛法的修心上你不了解该怎么想，就可以看到自己的根器比较钝。如果累世修得好，他一上来就知道怎么做。就像现在的小孩子，才几岁一上来就能打电脑，那是什么原因呢？因为他有这个习气，而且是一个共业的感染。但是他对于法道上的事非常低能，这就表明这个世界是邪文化盛行，它是偏重外在的技能。所以人要捕捉这些信息会非常地快，而且很快就知道怎么搞，手马上就动起来，他的机制全在这上运转，就是因为累世以来这方面的习气很重。有些搞科学的人，很有天份，这就是因为他前世就是搞这些的，所以几岁的时候就能做很复杂的运算，或者会搞发明创造，很小的时候他就在思考，这个宇宙怎么样，天体怎么样。而佛教里转世的活佛在很小的时候就观察这个心，所以都是由串习力来的。

同样我们在佛法上要承认很低能，然后再学习怎么补救。一个藏族人去做计算变得很钝，但是他佛法上很快，而且没有阻力，天生地相信，一来了之后他就按照这么想，所以进入得快。汉人熏的

邪思维很严重，佛法上就很钝。就像一个经常运动的人，肢体就非常灵活，但是让那些大知识分子到球场上去打打球，因为他从来都不运动，没这方面的习气，他就很笨拙。所以由人的习性，这就能看出人的心在哪方面运转，所以如果习气比较浅，一碰到的时候就运转不来，很笨拙地一点一点再想一想，很慢很慢，这就是钝。如果这时候还不肯迎难而上在这方面努力进行，那就只有更钝。

就像从小学数学就不一样，有些很快就演算完了，有些算个七加八，他拿着十个手指头不够还要再用上十个脚趾，他做这件事很难。等到年纪大了就更加困难，所以学佛要趁年轻，老了心更加僵化了，这时只有他平生积累最多的习气最容易运转，其它的方面学法等就连基本的道理都想不清了，记忆力也没了，只有赶紧往西方走。这么讲就要意识到它的难度。你说这个东西太麻烦了，我不愿意搞，你不愿意搞你就永远也不可能有这个心，还是尽快搞为好。

其中第三能破推延于后生中修法懈怠。第四能破虽于现法定须修行，然于前前诸年月日不起修行，而念后后修行亦可，不趣懈怠。总摄此二为应速修，作三亦可，是则念死亦与此系属，然恐文繁至下当说。

这里的第三个思惟能破除拖延到后世再修法的懈怠。第四个思惟能够破除虽然决定了现世就要修，但是在前前的年月日不起修行，而是想后后修行也可以、不当天趣入修法的懈怠。总的归纳后面这两个，就是要发起速修的心，就要生起应当速修的认识。

这样可以把四个摄成三个，第一是要修法，第二是能修法，第三是速修法。第四实际上是念死，这个会在下面特别地详细解释，这里就不多说。总而言之，要通过这样的道发起取心要欲，它是很具体的。要取心要就唯一随顺法道，它是唯一正确的，决定能取到心要。因为缘起上完全是对的，所以它一定能离苦得乐，这是第一步。第二步要思惟暇满，知道自己能够摄取利益，第三步是思惟暇满和无常，要发起现在就取心要的欲，也就是现在就修法。取心要跟修法一个意思，法道就是上面说的这个唯一的正确的路。只有走这条路，每一天心都在这上面走。这样按照法逐步地进行，每一次不落空，绝对会有真实利益。在这个法道以外，那全部都是错乱的道，走不通的，都是死路。

这样反复地观察以后，就开始起心了，然后要不断地加强它，最后彻底实现噶当四依，心里只有一个法字，不论到哪里就是要学法、修法、念念不离法。只有真正把它的门敲开了，你才知道为什么用这个法字，这有极为深远、广大的内涵，而且它就是真理所在。以后就已经确认自己就是一个修法的人，是一个法道上的人，是修行之士，就是心依于法的人。

如是若由种种门中正思惟者，变心力大，故应思惟如前所说。

最好的情况是要由各种的门径来如理思惟，这样变心力就很大了，所以应当思惟前面所说的各种法道上的涵义。

因为缘起本来是一个极其广大的事情，如果你的观察慧够，就

要通过各种途径去思惟，这样展开的面很大，就好像恍然间看到了一个真正的世界，真正内心的道。看得越多，心的变动越大，看得越少，心就越难展开。就像只是跟你说在什么地方有座金山，你就不怎么动心，但如果是亲自到了金山上，看到这边也是金子，那边也是金子，到处都是金子，那个时候心力会非常地大。

所以，所谓观察修的道理，必须自己的心能够看得到内在的法道，或者说在一整套缘起的动向上，确认它的方方面面。真正把定解给引出来了，而且发展成胜解，那就是没有人能夺得走的观念或者了解，那是自己观察慧已经确认的事情还有什么可说的？这时你就决定是要这样走，必须要走这条路。如果观察的门没有面面都打得很开、很透，人的心就不动的。就像过去没去过美国，就对它有一些误解，但如果从各方面详细的了解除了它的面目，才知道原来的认识全部都是错的，之前的看法都会变的。

要意识到过去我们的心中有很多成见，有很多颠倒的取舍和行为的倾向，这些东西形成了一个很大的错乱系统，它在干扰我们。如果它还一直很稳固的话，它就掌控了内心的王国，心力都被这个系统给封锁住了。当正见没有出现、启动的时候，或者说正见系统没有强大地建立起来的时候，你是掰不动它的。整个生命还是随着无明系统不断地往下流转，它没有换成明行系统。所以要换掉它的时候，没有广大的观察门就摧毁不了它。因为里面非常牢固，像蜘蛛网一样已经非常地密集、纵横交织，每一个观念和行动，每一种错乱程序都是连绵不断，如织网般地互相交织，组成了一个这样的内在系统，你一下子是搞不动它的。

所以这个时候，观察门的启开就好像不断地去轰炸它。你会发现当观察门启开的时候，内心会开始不断地开发，忽然之间到位的时候就像一只炸弹下去了以后，已经在炸它里面的观念系统了，软件已经在摧破它了。但一发炸弹是不够的，它要方方面面不断地去轰炸，才能把它铲平，之后新的东西就全部能组装进去了。

就好像一个正义的国家要摧灭一个邪恶的国家那样，那个国家的政权是很稳固的，它有从国王到奸臣和下面一系列的组织。要摧垮它必须强有力地一下子把它摧毁。只去打一个小州小县那就是无损大局的，它还是照样稳固地发展，你必须把它的司令部给摧毁掉，然后使得正义的政权当家作主取代它，这样它的系统才开始正常运转了。

所以这个时候的要求就是像前面所说那样思惟，要做广大的思惟。这上面有很多的门径，它的发展空间很大，每个人的启发点也不同，每一个时空下的启发点都不同，所以已经知道了原则就要开展观察慧。

观察一定要从深广两个方面延拓开来，深方面一定要抓住它的心要，抓住真理本身，一达到确认的时候就在深处开了。然后要在广的方方面面去开展，这时能完全占领见解的领地，这是心内首先要进行观念的革命，种种门是不可缺少的。尤其今天来说，邪见系统已经非常复杂和强大了，首先不通过这样广大的观察门来输入新的法的观念，那是没办法启开法的道路，因为已经完全被非法占据了，“变心力大”确实是这样。

就刚才说的你必须得统观到它、彻观到它，方方面面敲开，而

且发现它的弊端，看到它的丑陋，看到它的那种愚昧，荒诞不经，这个时候才否认自己以前的各种，那么当然就要变心了，你连自己都否认了当然要变心了。不然如果不透过观察慧，心是不会动的，哪怕一年甚至一辈子都不会动，只是在表面上进行。所以就像要摧毁邪恶王国的时候，不能客气，必须在它的深处放炸弹。表面上的觉得那很好应付，里头我行我素，照样实行它的系统，那就没有用。这就像学口头学问那样，因为心没有动过，没有发生观念上的革命，哪里会有行动上的革命呢？他没有否弃过去非法的道路，哪里会坚定地走上唯一依法的道路呢？这些上面没有开展，那又怎么去学三士道呢？因为踏入三士道进程的第一步，他就已经是一个名副其实的修士了，是一个在法道上的走的人了。没有开发出这个志愿来就不算数，最多只是一种党外人士。他也可以看党内的参考消息，可以发表一些言论，这都是叫民主党派，表示对于党有一种好感，但是他不会立誓成为一个党员，就是这个道理。因为他还没有宣誓我要在法道上奉献一生，心心念念唯一依止法来修，他没有这种宣誓的心，所以就称为党外人士，再怎么也不是这个系统里的人。

没有归依也就是这个的意思。归依的关键是归依法，法就是心上的真理道路。一旦在法上已经看到了、确立了，而且真正的志愿起来了，从这一天开始你就叫做有了新生命，这个叫做义理至深的法的生命。从此之后才真正走上正道，没有这个就还只是在培训过程中。也就是还没有出现三宝弟子的实际内涵，或者说还没有出现一个真正修士的内涵。

所以“变心力大”就是要通过这样的观察修确立誓愿。因为面

临着人生最重大的抉择，意味着要永远告别以往的一切，这上面肯定是有一个思想上的革命。人们每当遇到一种重大的人生道路的抉择时，他会不断地心上有起伏，由模糊到确认，最后才有一个最终的决定。就像一个人要考大学要填什么志愿，或者毕业后求职的时候，他也会有多少个睡不着的夜晚，翻来覆去地从各方面去考虑。或者要重新地选择一条道路的时候，必须要思维，变动自己的心，不然就没办法走一条新的路。同样，修法肯定是要走一个新的路，而且在这个时候人面临一个极重大的抉择，毕竟要完全否定掉过去这是不容易的事。但是你一旦能够真正彻底否认掉的话，那就确实就已经变成新的人、新的路了。这些在重大道路上的抉择，就是道前需要完成的心理上的基础。这个没有完成，像刚才说的那样，无论你是怎么样去参与，在因上虚假了，果地就不真。也就是说三士道的一切修心的法要，都没办法转在自心上，就是差之毫厘，谬以千里了。现在自己有没有完成这样一个修士的心？完成了就得到了士的名字，那是唯一认法为道路的人，日夜修法的人。此外都是随着自己凡夫习性而走的人，不顺法的道路的人，他还没有这样决定的，严格来说不叫做士。

若不能者，则应摄为如何是为暇满体性、现竟门中利大道理、因果门中难得道理，随所相宜从前说中，取而修习。

如果自己的慧力很差，没办法方方面面展开，那就归摄成一种简要的修行，这也是权宜的方便。人在智慧力上有差别的，就像学

校里有一种就是高材生，很难的知识马上能掌握，有一种是一般的，那就不能开那么难的课，因为不是他能力所及，这么讲了以后他目瞪口呆，他就赶不上，这样讲就没有用。所以要作适合自己的安排，在观察上面有能力开展，那就尽量地开展，按照前面所说的从很多的门径里头去启开自己的心。但是如果慧很迟钝，碰到这个他转不动，这种情况就让他记住三大条，每一条里选一些适合他、能够起心、能够有能力想一想的首先作修习。

所谓三大类，一是暇满本性，二是现竟门中利大的道理，三是因果门中难得的道理，这样总的大致有二十二条。暇满就是八暇十满，每一个每一个按这样来思惟，利大是观待毕竟门和现时门的思惟。从因果门思惟难得，因上是得到暇满人身的因很难积聚，堕落的因数量很多，程度严重，还相续不断等等，这样就确认要得人身非常困难。从果上去看，真实得到它的数量上是怎么相差悬殊。像这些你的心能相应的、适合的，能转动得起来的那些方面就把它取过来修习。如果一看到这个就发木，心里怎么左想右想也展不开，那些就先不管它，要像这样来思惟。

在教学上就很清楚，如果慧力很强，就表示他很活跃，就是说他的智慧上面很利。智慧很利的表现是什么？他碰到什么很快能运转，很快能通，这样的人就不受框框限制，在就展开思惟方面能展开得很大，而且方方面面很灵活。但碰到迟钝的就没办法，这时你就得手把手去教，也不能教多，多了他把握不住。还有他不会转弯，很死，稍微变一下他就蒙了，搞不清。所以不要讲太多，说几条就可以，然后照搬。如果变动性太大了，因为思惟不灵活，你东说一

下西说一下，不断开展的时候他就又摸不着门路了。像这样就是思惟上迟钝，而且灵活性小，变通性小。针对这个情况就不能教那么多，让他总的记住三条，每一条里特别要记住这些。就像这样，是劣慧者将护修习的情况。

下面再解释一下因果门难得的道理。

其中因门难获得者，谓仅总得生于善趣，亦须戒等修一净善，特若获得暇满具足，则须净戒而为根本，施等助伴、无垢净愿为结合等众多善根。现见修积如是因者极为希少，比此而思善趣身果，若总若别皆属难得。

因门难得，就是总的生在善趣也都需要持戒等修一分净善，特别的要得到具足暇满的珍宝身，必须要以清净戒为根本，布施等作助伴，无垢的净愿作为结合等众多的善根才可能成办。现前见到能够修习这样的总别两种因的人都是极其稀少，那么由果推因，具因的这么稀少，那果上的实现也就很稀少了。

就像一个学校能不能培养出人才就看它的因上，具因的很少，就表示成材率很小，这是必然道理。不可能某个人不具因，忽然间就成材。这里的成材是指得人身。一般的情况最终到了阎罗王面前去检验考试的时候都不过关，考不取人。这样子通过因来推断，要得到这个善趣的果，无论是一般的情况，还是特别好的情况，都属于难得。一般的人身都很难得，何况特别好的暇满人身那是更加难得。

所以这就要知道，我现在得暇满身，确实算是考到了一个优等的人。表示累劫确实还是很辛勤地用功，在善法上不断地做了很多作业，结果这一生成绩很好，阎罗王的考官看了我的成绩以后，他把我给送到最好的暇满的学位上了，表示考的分数非常高。这是极其难得的，这是在千万亿个里面都难得一个的。

所以我们不要羡慕考取北大、清华，那不算什么的，那个确实也是万里挑一的人材，但现在我得暇满不是万里挑一，那是千万亿里面挑一啊。这样一想，确实非常难，知道难那就要珍惜啦！这个是太难，这不是偶然得到的，这是无量劫在法道上非常用功学习的结果。今天已经登到了学法的高等学府里深造了，学一个最殊胜的课程，如果学成了，就可以上升到出世的果位，得到解脱和成佛的决定胜的利益。所以自己暗自勉励，我一定要在这个时候达到顶峰。

这就好比一个人学习的时候，已经到了世界最高等的学府的前沿阵地了，已经处在最高级别科学大师的行列里，他就想，我一定要做出一个最伟大的贡献。但是那只是人类在科技上雄心壮志，我们在法道上无上的志愿，那表示在三界的范围里，我已经到达了最高学府，我已经享有了能够修持无上法道的殊荣，接触的都是佛教的大师，学习的是那么殊胜的学科，而且做的是心上的实习，要这样感到百倍的荣幸。然后自己不断地坚定志愿，不断地策励自己。就跟那些已经达到了科学前沿阵地的青年学者那样，他会想，我一定要做出一个最伟大的成就，一定要得到诺贝尔奖，还要再继续努力。当他得到一个大成就的时候，他不会放下的，他还在想要有更大的成就，就像这样。如果只是一个普通的教书匠，他就没这个想

法，因为他没有登陆到这么高的地位。

这就表示虽然是得到了人身，有些只不过是一般的人身，他没办法升到这个点上，学佛也只不过是结结缘，他不具这个身份。这是一个无量的荣耀，它是多少资粮积成的啊！你已经处在修法的最前沿阵地，这个时候你已经进入到了实修，而且所修的是一个诸佛的教授，每一步是多大的意义啊！这个时候才想到它是这么难得这么稀有，只有这一段光阴，一定要做出一个最伟大的贡献，一定要得到一种最大的成就。这个时候他就不是向下看齐，是向上仰望。就跟那些有志的青年学者，他是向科学大师看齐的，所以他的那种心志眼光都不一样的。他所处的地位，所得到的各种的交流信息，他当时心识所处在的高度都不一样，这就好比是暇满。

这样才知道，确实千万亿个里面才能够录取一个，所以不能看轻自己，在这上面就要自尊，要立志。那种有很宏大志愿的人，他对于那些卑微的琐事他是不要做的。这里卑微琐事指的就是谋求世间名利等等。不是说我们作为一个菩萨细小的善心不要，为什么呢？他有无上志。由于他的志愿力极强的缘故，其它的根本诱惑不了他，他根本不会把心放在轮回的琐事上面，那个心很大的人就是这样的。

由果门中难获得者，观非同类诸恶趣众，仅得善趣亦属边际，观待同类诸善趣众，殊胜暇身极属希少。

我们从数量上去比较，从出现的成果率上去看，是非常难得，

像刚才所说的考取的人非常少。每一个有情都有他一段生命的结束，也有他这一期的业绩，就是他在业上打多少分。这样去对比非人类的恶趣，那得到人身是极其地稀少。就好比一个学校考试的时候考取的人只有一两个，这就叫边际，是个零头，而落榜的是绝大多数。如果真正知道阎罗王判案的情况就非常了解这一点，他每一次审判的时候他都知道，这一次这两个人考取了，其他的都给发配到恶趣去了。这就好比人都一样读书，但真正能够读到博士后的极其稀少，其它的一级一级淘汰下去了。然后观待同类的善趣众，得到暇身的是极其稀少。就在考试的时候，考取大专、一般的本科的人占绝大多数，能够考取全国最好的大学的是极其稀少，那都是各省的状元，就好比这样。但是极殊胜的暇满身比这个还要难，因为这个还不算难，每一年都能考取很多，中国的前几名的名牌大学里还都招了不少生，都是出类拔萃的。但是能够上升到善趣，就表示已经考上了大学，前途较好，但在这里能够考到暇满人身的那是极其稀少，为什么呢？因为其他人分数不够。这个分数就是过去世的持戒、布施、清净愿等等，他这方面的功行不够、善根不足，因此就是一般的人身。而暇满是一个修法非常圆满的人身，那当然是因为你的考分高，你就到了一个最高的学府里头，有最好的环境、最好的老师，学的是非常好的教材等等。这就好比得到暇满，他享有的资源就大，而且在缘起的账目上不会有错乱。

这一世得暇满为什么极其难得？就是因为因的要求很多，他的考分要门门都得高分。过去的业行上没有这么存的，善根的量很小，发愿也不行，这样的话当然考试就不行了嘛！就我们现前来说，你

要去衡量来世能不能更好，也还是看我现前善心修的好吗？戒持的好吗？戒守的清净吗？我有没有无垢的净愿啊？我这个愿是不是天天在加强，天天是真心地发啊？这不就决定你的分数吗！如果想忽然之间凭空出现，这完全是断见，缘起的见确认了以后他就知道，确实因地是怎么样，果地就怎么样，绝对没有一分侥幸的心，也不会无因去求果，那就确确实实在心上努力地修行了。有一分机会就摄取一分，就要在法上去走。他知道这上面走得越多就越好，他不会放弃机会的，他知道这上面没有凭空得到的。像这样你去衡量才知道，果上显现的量是极小的，缘起事件都是一个金字塔现象，底层是最多，尖端最少，整个三界六道的有情，果的状况上去观察，得暇满身是最好的，所以是有多么不容易啊！

懂了这些我们才真正地认识到当下人身的情况，人身的难得，他的稀有、大义等等，这时候才有心里真正的认识，这就叫做出现了胜解信。这个时候人的观念就已经发生转变了，之后就不在过去那种蒙昧的状态，你才知道这个人身应当用在什么地方。这一切都要通过观察修来开启认识之门。

这一个认识它是极端重要的，是它是首位的，从这里才能确立志愿，所以他就叫做一切修心的开端，这一步走正了，就步步都正，所以要把它放在首位的地方。

如格西铎巴云：“殷重修此，余一切法由此引生。”故应励力。

这就像格西铎巴所说：你殷重地去修这一个法，其他的一切法

都由此而引生。所以应当努力。

前面已经说了不少了，就是在打开这个见解让你知道这个叫做第一步，这个叫做确立志愿，这个心一发起来了，后面一切法都从这儿来了。常常说的小孩一开始有了搞发明的欲乐，以后源源不断地发明都会由此引生，懂教教育的人完全能确认这一点。达芬奇的绘画就是从他画鸡蛋开始的，爱迪生的发明就是从他第一个小发明开始的，爱因斯坦的相对论就是从他第一次对宇宙的思维开始的，这就是世间法。球王贝利的足球生涯就是从他第一次踢球开始的，所有的后后一切修法的证得，就是从你第一次出现了取心要欲开始的，所以它是有这样无比重要的意义。

它确实是首要的关键，这是什么原因？因为它决定了缘起的方向，决定了生命的道路，以后只不过是它的不断发展而已。但是最开始如果没有走上这条路，那一切都是在其它的路上走，所以有这么极端地重要。懂了这一点，你就开始会励力地在这上面去修习了，这个励力就是勉励自己，人不勉励他就不起来。所以用一个励，它是鞭策，是策励，就像马用鞭子抽的时候它才开始走，自己抽自己，勉励而行。碰到有难的时候，咬紧牙关要冲过，碰到有困难的时候，再三地给自己打气，我要再来，这么难的话多搞几次，一定要把它引生出来。有志之士他就会这样实行。就像一般人他觉得这个很难，但是他还是有志气。他就想怎么样度过这个难关，人遇到困难的时候，就必须要有一种自我的策励，这样他才能够究竟地完成，不策励就不走这么多路，结果你就不能完成。策励他就想虽然有一点苦，但是我们还没有到目标，我咬咬牙坚持。这样忍一下，不断再继续

进行，他还是走得到，这就叫励力。

第一个开端，这是我们生命的第一个开端，这个一开启了，那以后会出现一片吉祥，这一步确立好了，那就真正后后的一切都会由此引生。所以这就成了一个最重要的事，它也是法器三相里头最重要的，就是叫做希求，具足了它，就表示法器完成了，之后开始修心了。修心的第一步就是从无常开始。

菩提道次第广论卷二终

思维心中的法道

1、 要发起一个具相的取心要欲必须通过四种思惟来引发，这四种思惟分别是什么？用几天的时间思惟这四法。

菩提道次第广论卷三

第二，如何取心要之理分二：

一、于道总建立发决定解

二、正于彼道取心要之理

已经发起了取心要欲以后，就要明确如何取心要的道理，这又要分成两步进行。首先要对于总的三士道的建立发起决定的胜解，然后明确正式对这样的三士道摄取心要的轨理或者修心的轨则。

初中分二：

一、三士道中总摄一切至言之理

二、显示由三士门如次引导之因相

首先宣说在三士道里已经总的摄尽了一切佛陀圣教的道理。换句话说，一切小大、显密的圣教全都圆满地摄在了三士道里，所以修三士道就等于受持一切佛的圣教。这就非常方便了，如果凭自己的力量，根本不会知道怎么在佛法的大海里统摄出一个修行次第在自心上实修。有了这个三士道，就把显密佛教都总的摄成了修行的次第，只要按照这个次第地来修心，除过引德，就能修到一个完整的佛法。

第二再显示由三士门按次第引导的因相。因相就是心上逐渐地除过引德的缘起道理。因相一旦明确了就明确了心上的缘起定则，这样你才会真正随顺这样的道深入修持。因相不明确，修持就非常混乱，他是随心所欲的，或上或下，或大或小。这个上面没有确认就很难避免这种随意修、盲目修、不按次第的过失。

今初

首先说三士道里统摄了一切圣教的道理。

佛初发心，中集资粮，最后现证圆满正觉，一切皆是为利有情，故所说法一切亦唯为利有情。如是所成有情利义，略有二种，谓现前增上生及毕竟决定胜。

佛从最初发菩提心开始，中间积累无边资粮，最终现证了圆满正等觉，在初中后的一切分的修行都是为了利益有情，所以在成佛之后所宣说的都唯是利益有情的法。

把握了圣教的这个特质以后，再来看所成办的有情义利，总的就只有现前增上生和毕竟决定胜两种。这两大类的圣教前者摄入到下士道，后者摄入到中士和上士道，因此所有利他的圣教的内涵就全部都摄在了三士道里，所以修三士道就等于是修一个完整的佛教。三士道的架设就是为了把一切圣教都现为修心的教授，而且纳在一条轨道里，使得学人能够迅速趣入。

以下就具体地说明一切圣教摄入三士道法类的道理。

其中依于成办现前增上生事，尽其所说，一切皆悉摄入下士或共下士所有法类。

依于成办现前增上生的所求事，尽其所说一切成办现前增上生事的圣教全部摄入下士或者共下士的法类中。

佛说法的时候就是要成办现前和毕竟两种利益，针对有情要先说能成办现前增上生善趣利乐的法类，为此佛宣说了《正法念住经》、《贤愚经》、《百业经》、《教王经》等很多的圣教。主要是开示善恶因果律和无常、恶趣苦等，这也是一大体系。比如《念住经》里讲到了增上生善趣情器世间的状况，以及成办它的正因或者法道。也讲到了跟增上生相违的恶趣情器世间的状况以及会感召的业因。这样就揭示了善恶因果律，它是最初步的与世间共同的法道。按照佛的圣言这样去修持，必定能够成办增上生的义利，也就是身、眷属、受用等都会得以增上，能够暂时免除恶趣苦，保住善趣的身。所以它完全是缘起的正道。

说它是法道，是因为这全是由明见了缘起律而宣说的真实的安乐之道。整个成办增上生的圣教或者说人天乘的法教全部摄在了下士或者共下士的法类里。

为什么用了下士和共下士的两种名称呢？这是由于下士里也有一般和特殊的差别。一般就是不求来世，只是寻求现世的利益，但是他行持的法道是随顺缘起律的，所以是一般下士。而不以现世

为重，唯一以后世为重，进而修持能成办来世善趣圆满的善业，这种人叫做殊胜下士。

殊胜下士者，是于现世不以为重，希求后世善趣圆满，以集能往善趣因故。

“故”表明殊胜的原因在于有意乐和行为两方面的殊胜。意乐是不以现世为重，希求的是后世的善趣圆满，这区分于以现世为重的一般下士。以这种意乐驱使，重点是积集后世能往善趣的正因，所以行持的就是十善业道等。称为“士”是因为已经入了修道者的行列，已经成为一个真心修法的人，不同之处是他修的是下士法类。

《道炬论》云：“若以诸方便，唯于生死乐，希求自利义，知彼为下士。”

意思是如果只着眼于生死当中的安乐，希求的是自身的利益，行为是以诸多无谬的方便随顺善恶因果律的安乐正道，在自身上断恶行善，这样做的人就是下士。

在殊胜下士里又有唯下士和共下士两种。唯下士不以现世为重，只求来世的善趣安乐，但因为仅仅以善趣为究竟，所以叫唯。比如有些宗教以来世升天为究竟，没有更大的希求。而本论所说的下士是共下士，也就是把下士法类作为进入上士道的第一步前行，目的是为了顺利地进入到上士。就好比读书，一种人认为我读到小

学为止就不再读了，这就如同唯下士，另一种人认为我要尽快地读好小学，使得我有资本升入大学，这种好比是共下士。总而言之，道次第的着重点在于把学人引入上士的修道里，为了顺利地进入，首先需要以共下、共中的法类作为前行基础，这就是区分了唯和共的涵义。

接下来分析佛所宣说成就毕竟决定胜的圣教都已经摄入了共中和共上两种道的法类。

决定胜中，略有二种，谓证解脱仅出生死及一切种智位。

所谓决定胜就是彻底地脱离了生死，这里面归纳起来有两种，一是证得了解脱和一切种智佛果。换言之，决定胜只有解脱和成佛两种，立这两个名词前者代表小乘解脱果，后者代表大乘成佛。

其中若依诸声闻乘及独觉乘，尽其所说，一切皆悉摄入中士或共中士所有法类。

在佛的圣教里，依声闻乘和独觉乘说到的所有圣教，都摄入中士或者共中士的法类里。如佛所说的《四谛经》、《律本事》等，以及后世菩萨造的各种论典，着眼处就在于成办真正断除轮回苦的解脱果，所以这一分法教就是成就一己解脱的小乘教。

中士夫者，谓发厌患一切诸有，为求自利，欲得度出三有解脱，

以趣解脱方便之道三种学故。

“故”表明具有中士名称的道理。为什么叫做中等的修士呢？因为意乐和修行更进了一层。首先意乐上不是希求生死中的圆满，而是已经厌患一切诸有，为了寻求一己的真实利益，想度出三有，得到永久的解脱。这就是由厌患发出为自己求解脱的心，叫做中士意乐，相当于佛教的中学，意乐超过了前者。他修行的是趣向解脱的方便道——无漏三学，不只是人天乘断恶行善的法道，已经升进到了四谛法，它深细地揭示了心上流转和还灭的两重缘起，是更深的修法。

进入中士就能看到人天的果位不究竟，还是苦的自性，因此在意乐上彻底地厌舍三有，一心求解脱果，这就叫做毕竟的义利。

在心中的取舍上更进了一层，凡是以我执发起的惑业全部是要断掉的，而以出离意乐摄持、以无我慧为心要的修行全部都要去摄取。他的导引是出离意乐，他的道的心要是人无我慧，而各种断恶行善、持戒、修定都是它的辅助，成办的果就是彻底断掉苦根从轮回中出来。这才知道，中等的修法之士是为了自在得解脱，下士是为了自在得人天，在道的深浅和见修行果上都有明显的差别。

《道炬论》云：“背弃诸有乐，遮恶业为性，若惟求自静，说名中士夫。”

这是以四谛来显示中士的性相，也是从意乐和行为两分来安

立。“背弃诸有乐，唯求自静”是意乐。下士的智慧短浅，只知道恶趣是苦，善趣是乐，因此心求善趣的安乐。但这只是小学水平，再进一步拓开他的见解，使他看到三有里的乐都是苦性，这时就舍掉了求三有乐的心，唯一寻求自己得到真实的寂静。这个寂静是一切惑业都止息掉了，没有在轮回里面不断地受生的苦恼，所以说寂静。

修行是以“遮恶业为性”，他对恶有更深的认识，过去认定恶是指十不善等，这里进一步认定恶是指惑业集。因为它是感召一切轮回苦的因素，就象毒素一样，所以要尽量地在心中遮掉它。一切的勤修戒定慧就是为了息灭贪嗔痴，一心在解脱道上走，不生一丝一毫的贪染，要彻底剿灭我执和烦恼，这种人叫中士。

中士有唯中士和共中士两种。所谓唯中士是指小乘决定种性者，他们唯一以小乘涅槃为究竟，不入大乘。在本法里是要先修好中士的前行法类，发展出出离心、无漏三学等作为深入大乘的基础，这种就叫做共中士。好比一个人说我只要读到中学就不再深造了，而另一个人认为，我不仅要读好小学，还要读好中学，为了将来我有能力读大学。这就是唯和共的差别。

如觉沃所造《摄行炬论》云：“尊长佛说依，密咒度彼岸，能办菩提故，此当书彼义。”谓修种智方便有二，谓密咒大乘及波罗蜜多大乘。此二摄入上士法类。

成办一切种智的圣教全摄入上士道里，就像阿底峡尊者所造的

《摄行炬论》里所说：上师佛说依止密咒道和度彼岸道能够成办菩提的缘故，应当阐述它的法义。意思是修成种智的方便有两种，就是密咒大乘和波罗蜜多大乘。前者指的是秘密真言乘，就是密教部分，后者指的是波罗蜜多显教大乘。佛说这两种法都是为了让众生成佛，这一类的法就摄入上士法类。

要知道佛所传的圣教是为了一层一层地逐级接引众生成佛。按照众生的程度，就象开设小学、中学、大学的三种课程那样，让众生逐步地升进，最终把一切众生引向成佛。为此又宣说了两种教法，一种是波罗蜜多大乘，一种是密咒大乘，而显密的两种大乘都摄入到上士道的法类里。

这里要避免一种误解，以为上士道只是一个显教波罗蜜多大乘，这里阿底峡尊者说上士道是由显和密合成，在本论中只说到了波罗蜜多乘，密咒乘在《密宗道次第广论》当中阐述。

上士夫者，谓由大悲自在而转，为尽有情一切苦故，希得成佛，学习六度及二次第等故。

上士是因为意乐和修行都是上等的。意乐已经随着大悲自在而转，为了拔尽一切有情苦的缘故希求成佛，这就超越了中士的意乐。

中士只为自己一个人能够彻底除掉生死的苦，希求寂静，而这里上士的心已经完全随着大悲转，一心为尽一切有情苦而希求成佛。大悲是根本，为尽有情苦，被大悲驱使就发出了菩提心。菩提心的内涵是为了尽有情的一切苦希求得到佛果位，这样就有了上士

的意乐。意乐一起，为了成佛就要修习成佛之道，这就属于修行部分。包括修习显教的六波罗蜜多和密教特有的生圆次第，这是他的行为。这样一个上等的修士，所修的法道是最深广圆满的道，意乐上开展的是成佛的因，显然已经超出了下士和中士。

他不会再堕入小乘的衰损里，怎么能避免呢？就是首先要引起大悲菩提心，其次受持行心戒，之后趣入波罗蜜多和生圆满次第等的成佛之道，这就叫做上士。

《道炬论》云："由达自身苦，若欲正尽除，他一切苦者，是为胜士夫。"

由于了达了自身的苦，如果想真正完全遣除其他众生的一切苦，有这样的心的人就叫做胜士夫。当然这里是单从意乐一分说到了所谓殊胜士夫是怎么样的心。

此士所修菩提方便，谓波罗蜜多及咒，下当广说。

此殊胜士夫所修的成就菩提的方便指六度和密法，下面会详尽地宣说。

这里要知道上士有未入道和入道两种。刚刚苏醒大乘种性的士夫是未入道者，他有上士的种性，但是还没正式入学，是预备生。已经发了世俗菩提心的人就是已入道的上士，在资粮和加行二道上走的叫做凡夫上士，在见道以上走的是圣者上士。

总的来说，三士道总摄了佛的一切小大显密所有圣教的法类，它能引导学人从最初一步开始，逐步地走到佛果，修此一法就等于修了一切佛法。

三士之名，《摄抉择》曰：“复有三士，谓有成就正受非律仪、非非律仪所摄净戒律仪，亦有成就正受声闻相应净戒律仪，亦有成就正受菩萨净戒律仪。其中初者为下，第二为中，第三为胜。”

三士的名称，在《瑜伽师地论·摄抉择分》里，根据三种戒律分出了下中上三种修士，所以是有圣教的依据的。

第一种修士成就正受非律仪非非律仪所摄的净戒律仪，这指的是人天乘的十善业道等的律仪。说非律仪，因为没有出离意乐摄持，不属于别解脱律仪；说非非律仪，因为不同于外道的恶戒，是随顺缘起正道的，也就是在成就人天安乐上是一种无谬的道。其次还有成就正受声闻相应的净戒律仪，也就是以出离心摄持的别解脱的清净律仪。也有成就正受菩萨的净戒律仪，这就是以菩提心摄持的菩萨清净律仪。这三种比较而言，前者是下，第二是中，第三是胜。

与此义同，复说多种上中下士建立道理。如《道炬》所说，世亲阿阇黎于《俱舍释》中，亦说三士之相。

与此相似，在这个论里还说到很多种上中下三士的建立道理。就如同《道炬论》所说，世亲阿阇黎在《俱舍论》的自释里也说到

了三士的体相。

下士夫中虽有二类，谓乐现法及乐后世，此是第二，复须趣入增上生无谬方便。

这里再简别一下，在下士里头有两类，就是乐求现法乐的和乐求来世乐的两种。本道次第说的下士是指后者，就是要发起一个不以现世为重、唯一以后世为重，希求的重点是来世的善趣安乐，这是他的意乐。并且要具有趣入增上生圆满的无谬方便，也就是要趣入十善业道和成就圆具八种德相殊胜所依身的无谬方便。像这一类不仅有意乐，还入到了因果正道里，就是这里说到的下士的德相。

第二，显示由三士门如次引导之因相分二：

一、显示何为由三士道引导之义

二、如是次第引导之因相

今初

首先要显示由三士道引导的涵义。

有人认为：本论重在宣说成就佛菩提的道，所以直接说上士道就行了，为什么还要说下士和中士道呢?

这是因为不理解佛陀一代圣教的密意，他以为三士道是互相没有关系的三个法，没有认识到小大密贯通的关系。很多人犯这个毛

病，认为有了上上的法就可以不要下下的，根本不晓得必须要由下、中作为基础，才能入到上上。并且因此形成了很大的过患，由于过早的舍弃而没办法获得成就。所以现在就要说明为什么要用三士道来作引导。最终达成的是无上佛果，必须首先要了解它的因相或者说心上的缘起道理，之后自己的心才如理地按照三士道轨逐步地升进。不然随意逾越次第或者修上舍下等的过失是非常容易发生的，不重基础的现象就处处可见。

如是虽说三士，然于上士道次第中，亦能摄纳余二士道，无所缺少，故彼二种是大乘道或分或支。

像这样虽然说到了三士道，但实际上说的是上士道次第里所包含的其余两种道，而不是在上士道之外的其余两种道，所以这两种实际上是大乘道里的部分或者支分。

现在要了解大乘道是一个圆满成佛的道的体系，并不只是最上那一层。很多人就是在这里发生误会。大乘道就好比一幢三层的楼房，它是一个基于下、中两层而建立起来的整体的结构，是依靠下、中两层的支撑才建起了第三层楼，它整个的体系叫做上士道。所以是整个三层楼体系里的下士和中士，是共同道分，而不是脱节无关的三个东西。

又好比要把一个小孩子培养成一个大学生，整个包含了小、中、大的完备的教育体系它是大乘道，这个教育体系的最终着眼点是要把他培育成一个有大学学历的有用之才。为了达成这个目标，首先

要以小学、中学作为上进的基础，这样才了解这是归属于大乘道里的部分。为了能够达到大乘的意乐和行为，前面有引发它的道分，这要在之前首先把它做好。就好比要造一架宇航飞机，最后的组装当然是最核心的工作，但在这之前，各部件的原料的采集和制造等各种的工作都必须要做好。

马鸣阿阇黎所造《修世俗菩提心论》云：“无害与谛实，与取及梵行，舍一切所执，此是善趣行。遍观生死苦，断故修谛道，断除二种罪，此是寂静行。亦应取此等，是出离道支。”

马鸣菩萨造的《修世俗菩提心论》明显地说到了下、中两种道是上士殊胜出离道的支分。

第一颂说的是下士成办善趣的修行。“无害”指不杀生，“谛实”指不妄语，“与取”指不偷盗，“梵行”指不邪淫，“舍一切所执”指修持布施，以这五项为代表的善行是成办善趣安乐的正因。

其次说到了中士道的涵义。“遍观生死苦，断故”这是指观察到了生死周遍是苦的自性，之后起了厌患心，要断除这种苦果的缘故，修持真实的解脱道。“断二种罪”指的是断除惑业集，这就是得到寂静的修行。

应当采取下、中两种道，作为大乘殊胜出离道的道支或者助伴。也就是所谓的大乘已经具足了人天乘和小乘的意乐和善行的基础，之后才能够趣入大乘，因此它是入大乘的道基。如果这个相当深厚就很容易进修大乘殊胜的出离二边的道。

具足了这样的道支以后，殊胜的大乘出离行就是以下所说，主要以空悲为核心的无量利他的方便行。

“由达诸法空，生悲众生流，无边巧便行，是胜出离行。”

由了达诸法空性就不著有边，有了缘众生相续不断的悲心之后流出无边的利他的巧方便妙行，这就是所谓以空不住三有，以悲不住涅槃，这就是殊胜的出离二边的大乘之行。

是故此中非导令趣，唯以三有之乐为所欲得下士夫道，及为自利唯脱生死为所欲得中士夫道，是将少许共彼二道，作上士道引导前行，为修上士道之支分。

建立三士道的意趣不是为了让学人趣向一个唯一以三有之乐为所求的下士道，也不是让学人趣入唯一为了自己求解脱的中士道，而是把少许的共下士、共中士的两种道作为引入上士道的前行，或者作为修持上士道的支分。

通过“少许”二字就知道不应过久地逗留在下士和中士的法道里，好比我们要把学人引入佛教大学，但是他必须要先有佛教小学、中学的基础，但并不是叫这个人一辈子都读佛教小学或者佛教中学。我们办学的宗旨是非常为学人着想，他要入大乘，哪些是必不可缺的基础，如果不具足，会修不上去，或者反而延缓修行的进程。这样就选择那些必须具备的道支，在这个之前很好地打好基础，这

样逐步地升进，能够迅速地入到大学。

我们一定要理解这个涵义，不然有人又会认为，现在我连下士都不够格，这一辈子就只修下士吧！或者说我干脆到一个南传的国家里，这一辈子就修一个小乘。这都不是这里的目的，你是大乘种性，不能这样走，不能始终只读小学，而是为了更好地入大学，要尽快地补好小学的基础。我们强调小学没学好入不了大学，但也不能理解成要永远读小学。从大小乘共通的角度，要取的就是必须的那些，不然会造成效率很低，或者过分地耽延浪费时间，这上面要有一个很审慎的抉择。

比如，如果只是研究人天乘也得不到解脱。人天乘的文化里有儒教、道教、婆罗门教、基督教、伊斯兰教等等，各式各样的，每一个教门可以在一生、甚至几百世当中去研究，但不是要你这样走。这方面在道次第里的就是这么几块，修念死无常、三恶趣苦，然后就发生了下士意乐。想从恶趣里出来，这个时候就归依。归依以后纳入法道，从最初的一分法就是所谓的因果开始学起。因果里总的有四种规律，然后再到十种业道上去决定身口意哪些是恶的，得什么果，又怎么发起断除的欲，之后再修学十善业道。之后就要知道要成办一个圆具德相的人身须要哪些因，它的道怎么行。这些都学好了就算完事了。

其实下士道的行持首先是要认识到它的关要在那里。在那上把它修好，修好了就不再停步在那里，而是要上进学中士了。中士里也是把必具的道分、跟上士道紧密相关部分都修好，打好基础。打好基础以后，再修愿行菩提心的时候，心才能很好、很快速的发展。

这样才知道，下士和中士的少许共道分非常关键，要把它们作为进入上士的前行培训。这就像老师在带学生的时候，他已经走过这条路了，他知道要把学生带入上士道必须有必备素质，否则就修不上去，所以在进入上士之前有一个较长时间的培训。在目前的阶段，这个培训比后面正式的课程还重要。因为前面培训好了，后面就上得去，前面忽视这个培训，后面必定是修不出结果的。

这个道次第就叫做分步的修心引导、分步地辅导、分步地培训，在法道上的一步一步的培训。为了进入上士道，现在一定要听从教练的指导，他怎么教我就怎么练。最初练习的每个动作都跟高级体操息息相关，因为那是基本功。基本功完成了以后，教练就会教一点更难的动作，这都跟最后完成高难的体操有极为紧密地关系。懂了这一点你就会拼命地去练，会练得很好。教练看到你的基本功已经非常扎实了，他就知道应该提高教导的难度了。这样才明白下士道和中士道作为上士道的前行，是它的道支就是这个道理。

思维心中的法道

1、 分别认定三士道的体性，思维三士道是如何摄尽佛的一切圣教的。

2、 思维由三士道引导的涵义。

是故若发如前所说取心要欲，取心要之法，如《中观心论》云：“谁不将无坚，如蕉沫之身，由行利他缘，修须弥坚实。上士具悲故，将刹那老死，病根本之身，为他安乐本。具正法炬时，断八无暇暇，应以上士行，令其有果利。”

所以如果能够发起像前面所说的取心要欲，又要知道取心要的方法。这里所谓的取心要就是取大乘的心要，修共中、共下的法都是为了趣入大乘。要怎么想呢？就是像《中观心论》所说：有智慧的人谁不把无坚实的如芭蕉、泡沫般的身，由行利他作为因缘而修得如须弥般的坚实呢？上士具大悲的缘故，把刹那性的老死病所依的苦蕴身，转为法界一切众生利益安乐的本源。当具有正法明灯、断除了八无暇、获得了修法闲暇的时候，应当以殊胜的上士的行为使人身有殊胜果利。

谓应念云：我身无实，如蕉如沫，众病巢穴，老等众苦所出生处，应以上士所有现行度诸昼夜，令其不空而趣大乘。

应当这样想：我这个身体是没有坚实性的，就像芭蕉、泡沫一样，寻找的时候，得不到任何实义。它还是无数病患的巢穴和根源，是老死等无量众苦的出生处。所以这一世如果只是为了它的吃穿享乐等耗尽光阴，那是毫无意义的。因为不论怎么养护，它终究是众多苦患的根本，它仍然是无量过患的根源，从此只会出现无有边际的苦，这样做有什么意义呢？所以对于这个身的态度应该仅仅是能

维持它的生存用于办道，此外不作其他的打算。

真正有智慧的人就知道这个身最有意义的地方是能够实现大乘的义利。他会这样想：我应当以上士的行为来度过每一天，使得人身不空过而趣入大乘。也就是如前面所说，如果真正有智慧就知道，这个身如果能发起大悲的话，那么每一刹那都是为利益法界无边的众生而修行，每一刹那都能摄取无量无边的利益，已经从过去的以自我中心转变成了一切法界众生的利益安乐之源，这是最殊胜的人身。

到此就知道，所谓的取心要欲就是要取到大乘的心要，有那样一种修大乘法的极大欲乐，因为没有比这个更殊胜、更广大的道了。

若尔，理应先从上士引导，云何令修共下中耶？

有人说，既然着重地强调暇满人身要摄取上士的义利，为何让人自甘卑小，修习共下、共中的法类呢？那不是钝滞了学人吗？

谓修此二所共之道，即上士道发起前行，此中道理后当宣说。

正是为了让学人能够快速地进入上士道的实修，以修共下、共中二道作为上士道发起的前行，为入上士道打好基础。因此要知道，所谓上士道是一个人的心发展到了这样深广的程度以后的事，并非一跃就成为上士，没有基础很难发展出上士的心力。因此为了入上士，为了能真的摄取到上士的义利，学人应该首先修好共下、共中

法类。

第二，如是次第引导之因相分二：

一、正明因相

二、所为义

按照三士道的次第引导学人趣入上士道，这种道的施设有什么必然的道理和原因呢？首先说明施设共下、共中来作为上士前行的根据，接着再说施设三士道的用意何在。

今初

为了说明下、中两道是入上士道不可缺少的基础，我们首先要知道进入大乘的门是菩提心。对于修菩提心来说，不论是愿心还是行心，都必须要有下、中二道的基础才能进入它的道轨。换一个说法就是，在缘起上要引发出菩提心，无论是由认识菩提心的胜利而生起的欢喜渴仰，或者由缘有情修悲而顺利地发起，都需要前两道里的思维业果、修苦等作为基础。如果没有那些认识，那么在上士道就不具有真实道的能力。比如没有小学、中学的数学基础就没有能力学大学数学。诸如此类，从修心的轨则以及每一步的要求上就能够看得到。

当然有智慧的人一看到这一点就明确应该先打基础，不是到后面来才补基础。就好比你首先就要学好小学、中学的数学，不是已

经进了大学再去补习小学数学。所以，凡是缘起的事件上都必然有它的次第，无论学哪门技艺，都是要按照一定的次序来培养，次序一乱了，就无法成就。从这里才知道为了入上士道，现在最关键的一步就是修前行。前行的基础充实了，修上士道就很容易趣入。依靠那个基础，自然就会一级一级的引发出这个心，最终就能发展出菩提心。如果前面没有基础，对因果没有胜解，他就感觉不到菩提心有多么殊胜，因此趣入的心力就很弱。所以一般人只是通过现前的一点助缘的力量稍微引发一点点，但马上又没了，不能持之以恒。或者对苦没有多少认识，因此修悲只是落在空洞的言辞上，甚至对有情连一滴眼泪也没有流过。真正悲心修得好，应该要流几脸盆的眼泪的，但为什么是这般地枯竭呢？因为大悲的情怀非常高尚，已经到了大乘菩萨的地位了，现在连一个人天善道的心都没有，不必说对一切有情，连对父母的孝心都没有，人和法相差有天壤之别。这样才知道，这并不是没有基础可以妄谈大道的。

转趣大乘能入之门者，谓即发心于胜菩提。若于相续中生起此心，如《入行论》云：“若发大心刹那顷，系生死狱诸苦恼，应说是诸善逝子。”谓即获得佛子之名或菩萨名，其身即入大乘之数；若退此心，亦从大乘还退出故。

能够趣入大乘的门径就是指对于胜菩提发起了愿心，也就是对于无上的圆满正等觉发了真正的求果的心。如果谁在相续里已经生了这个心，那就像《入行论》所说，发了大心的当下刹那，这位系

缚在生死牢狱中的苦恼众生已经成了佛子菩萨。也就是当即获得了佛子、菩萨的名称，已经列入了大乘菩萨的行列，成了大乘的修士，从此就是真正的上士了。

其他对大乘有意乐的人，只能被称为具种性者，还处在培训的阶段。他还没有从发自内心的宣誓“我已经立了菩提誓愿，尽未来际不舍弃”，所以只能算是预科生。何时生起无上道心才算是正式的大乘党员了。如果退掉了这个誓愿，那也就在当下这一刹那退出大乘了。由正反两方的抉择就知道入大乘门是发菩提心。

是故诸欲入大乘者，须以众多方便励力令发。然发此心，须先修习发心胜利，令于胜利由于至心勇悍增广，及须归依、七支愿行，是能开示菩萨道次最胜教典《集学处论》及《入行论》中所说。

既然知道判断于大乘是进是退的界限是在菩提心，因此凡是想入大乘的人，就必须以众多的方便励力使得菩提心发起。而要发这个心必须先修习发心的胜利，使得对此胜利至心地增长勇悍希求，以及必须修持大乘的归依和七支愿行。这是能开示菩提道次第最殊胜的教典《集学论》和《入行论》里所说。

这以下就要引出来为了入大乘就要发菩提心，为了发菩提心要依照大教典，必须对发心的胜利尽可能增广内心的勇悍希求。而要成办这一点必须首先对于因果起胜解。这样一路推上去才知道发心的利益是何等的殊胜。前面有了对因果的胜解，一结合到大乘上就成了一个最大量的因果，这时也就有了极其勇悍的希求。相反，如

果前面在小的因果量上都起不来信心和欲乐，那到大乘上，在心态上就会悬空，没办法有力地引起。毕竟这是一个极广大的事件，而凡夫的心念是很小的，小的上面都看不到、发不起，到了大的上面就更加徒托空言了。其次需要修大乘归依和七支愿行，这也是建立在下、中两道的基础上。

如是所说胜利略有二种，谓诸现前及毕竟胜利。

说到了要对发心的胜利发起勇悍的希求，那么我们就要在胜利两支的欲求上看到它有逐步地发展。就像小孩对于儿童范畴里的事情会起一些希求，对于成人世界里的事物由于没有很多认识，只能作为一种远景。如果他对于现前能够了解的事情都没有欲乐，那对于更加深广的事情更不会有真实的欲乐。他必须首先对现前的事情有一些认知和切身的体会，而且发了真心的希求，以此作为一个推引的因，对于更广大事件才会起希求的心。就好比第一次数学考试的时候如果考得很好，那么从此以后就对学数学有一种欲求，从眼前比较基础的乃至很高深的数学，都有一种向往。如果对眼前的事物一点欲求没有，一点感受也没有，忽然之间发起一个对比这更高深事件的欲求是不太可能的。

譬如说在中学里经常在数学竞赛中获奖，他尝到了甜头，认为这上面很有乐趣，是一个能实现自我价值的地方，之后他就会非常希求做很高深的数学。如果一开始全部都失败，什么利益也没有，他会发这个心吗？连一刹那也不会发。

这个心理上的原理非常地重要，它必定是由小而扩大、由浅而加深等等。如果你能了解这样心理上的原理才会知道，原来佛法的修行教授更是要循着这样的次第之道一步一步地发展学人心上的意乐和行为。

初中复二，谓不堕恶趣及生善趣。若发此心能净宿造众多恶趣之因，能断当来相续积集。诸善趣因，先已作者，由此摄故增长广大，诸新作者，亦由此心为等起故，无穷尽际。

首先要说到发心的胜利，按照《入行论》所说，包括现前胜利和毕竟胜利两种。首先说到现前胜利，这又包括不堕恶趣和生善趣两种。也就是说如果你发起了菩提心，就能迅速地净除宿世所造的很多的恶趣业因，而且以发心的缘故能截断未来的相续积集。这是从净除方面来说，因为已经发起了无上的菩提心，他的心中就是一心地为了利益一切众生而寻求大菩提。这时由于志愿力的摄持已经否弃了过去的各种行为，这样对过去所造的诸恶业，已经强大到能彻底净除宿业，所谓“菩提心如劫末火，刹那能毁诸重罪”等等。

从未来的防护方面，也是由于誓愿力的缘故，已经摄持住了心，不再做那些因为执著自我而损人利己的种种行为，或者起各种贪嗔痴的烦恼等等都会被有力地遮除，也就是有断相续心的功能。

一个人真心地发起大誓愿力就再也不屑于那些罪恶的心和行为。因为菩提心是善心中王，它完全跟为自我而做恶行的心态相反，所以这个大誓愿力一旦确立了，它就能截断相续，这就是所谓的发

了菩提心不堕恶趣的原理，它有这么殊胜。

其次从积集方面来说，那就是未来怎么样开展善趣，也以这样一个发心作为心力之王，在缘起上占据了一个最重要的地位，也是以一种最圆满、无量的心在发展的。所以就像《入行论》所说，其它的善行都像芭蕉一样，结果一次就不会再感果了，而菩提心摄持的任何一种善，在菩提之间不但不会耗尽，反而不断增长，就有这样不可思议的、拓开无穷尽善趣利益的力量。

也就是现在就要知道，以菩提心一摄的时候，三时所摄的善根都得到无尽地增长广大，这个是不可思议的缘起力。也因此我们谈到三殊胜的时候，首先就要以发心作为加行殊胜来摄持一切善根，最后依以菩提志愿为体性的大愿摄持，使得一切善根都能增长广大乃至无穷无尽。而在摄持的时候，他的心可以摄持到过去现在未来三世的一切自他的善根，全部回向给法界一切众生，这样就会使过去所造的善趣业、还没有感果的，由于菩提心的摄持，进一步得到增长广大。而一切新作的善业也是由这个心作为等起的缘故，变成了无有穷尽。

“此心为等起”，就是指做任何善事的时候，首先以菩提心来发起，首先要运想菩提心，使它成为发起的最前因。这个心一起来了以后，就入到大乘的菩提行当中了。由于这个心无比地广大，一被它摄持，一切的善根就全都转成无穷无尽。

这就是必须要了解唯心显现的缘起，一旦在这上面信入了，那确实知道，缘起上就是转心，而在世俗缘起上最圆满的心就是菩提心。所以每一次都要在心上这样运作，大菩提心一发起来就摄了善

根，第二刹那以后就都跟着一切善行在一起了。

缘起上是很妙的，你怎么设定它就怎么进行。最开始已经发了菩提心，“我为了利益法界一切众生求成佛道而修这个善心”，你自己的心里已经真诚地这么起了心，那后面自然就按照这个心来运转，后面的一切行动就是这个心驱使的。就像一个小偷已经发了心要偷这个东西，那么第二念以后的行为不都是那个偷盗的动机同等而起的吗？都是随着他的偷盗的发心而转起来的。所以第一念偷盗的心在第二念以后就跟一切行为和合了。也因此就使得他后后的一切走路、说话、东张西望、撬门，做完了案还抹掉痕迹等一系列的行为不都是叫盗行吗？同样的道理，你已经发了菩提心，后后的一切都属于菩提行，都属于成佛的胜因，所以每一个上面都已经被菩提心给摄持了，也因此都成了无有边际的善根。这样才知道它在生善趣上是有如此殊胜的利益。

毕竟利义者，谓诸解脱及一切种智，亦依此心易于成办。

菩提心不仅是有现前断恶趣、生善趣的利益，而且更有毕竟的殊胜义利，也就是指依靠这个心容易成办解脱和一切种智。

若于现时、毕竟胜利，先无真实欲得乐故，虽作是言：“此诸胜利从发心生，故应励力发起此心”，亦唯空言。观自相续，极明易了。若于增上生及决定胜二种胜利发欲得者，故须先修共中下士所有意乐。

如果对于发菩提心的现时和毕竟利义首先没有出现一个真实想求得的欲乐，虽然口里也这样说“这些这么殊胜的利益都是从发心出生，所以我应当努力发起这个心”，那也只是口头上的空话，观察自己的相续是非常容易明白的。

如果想对增上生和决定胜的两种胜利发起特别希求得到的心，你必须首先修习共中和共下的意乐。分开来说，对于增上生的胜利要起一个欲得的心，必然要有共下士的意乐。因为如果没有这个意乐，没有对善恶因果的胜解，就对行善没有欲乐，对获得非常胜妙的增上生的利益没有欲乐。为什么没欲乐？你对因果没有胜解，不晓得种一点点善能够有九十一劫的安乐果报等等，这上面没有起一个非常欣求向往的心，没有商人求财那样的欲望，这就不行。

接下来对于决定胜的胜利要发起一个特别想求得的心，真正发起具相欲乐肯定是具有中士的欲乐。为什么呢？因为在决定胜上是一个求解脱的心，如果对于解脱没有什么感觉，而没有特别希求，那这里的发心利益说它能成办解脱，你心里还是无动于衷。因为你的心识没有发展，你对解脱的利益没有真正生起具体的认识，也没有对此起一个特别希求的心。这都是要一层一层发展的，这是更深一层了，就是必须得看透轮回，必须得透视到轮回是纯一的苦，对它无所希求，就像舍弃唾液一样。这样他就一心希求解脱，念念都唯一求解脱，不求三有的乐。这个意乐首先要发展出来，之后一碰到菩提心，说它是一个能成办解脱乃至成佛的极殊胜的方便，这个时候就想要了，就成了必发不可的。

这样就从正反面就看到，你要对发心的胜利发起一个欲得的

心，是需要共下、共中两道的意乐作为基础的。

如是若于二种胜利发欲得已，趣修具有胜利之心者，则须发起此心根本大慈大悲。此复若思，自于生死安乐匮乏、众苦逼恼流转道理，身毛全无若动若转，则于其他有情流转生死之时，乐乏苦逼，定无不忍。《入行论》云："于诸有情先，如是思自利，梦中尚未梦，何能生利他？"

对于发菩提心现时、毕竟的两种胜利，发起欲求得到的心以后，进而会趣入修证具有如是胜利的菩提心，为此必须发起引发菩提心根本的大慈悲心。如何产生慈悲心呢？如果思惟自己在生死当中没有一点安乐，众苦相续不断地逼恼流转的道理，身体的毛孔全然没有一点动转的相，也就是说毫无触动，那么对于其他有情在流转生死时的乐乏苦逼决定没有不忍之心。既然对其他有情流转生死时缺乏安乐没有不忍之心，那就绝对没有大慈和大悲。大慈是观照众生缺乏安乐，誓愿给予一切有情安乐的心。大悲是见到众生一直被三苦逼恼心生不忍，而发起要拔济他们身上的一切苦难的心。这就像《入行论》所说，在对有情发利他心之前，首先要这样思惟利益自己，如果在自身上连做梦都没有梦到过起这样的心，那怎么能发起利他的慈悲心呢？这是绝不可能的。

因此首先要在自身上明确地见到自己乐乏苦逼的现状，由此有一种出离心，然后再推己及人，才对于众生发起慈悲心，愿为一切众生拔苦与乐。以这个大慈悲心为根本，才引起了增上意乐，最终

发起为利有情愿成佛的菩提心。

可见大乘入门的菩提心是要具足中、下修心的基础才能发起。如果在自身上没有修出这样的道法品类，譬如对于善趣和解脱的胜解信，对于轮回苦的透彻了知，以及自身发起出离的意乐，这样就没办法在有情身上出现慈悲心、对于大菩提心出现希求的欲乐等等。由于发心的因素不够，缘起缺乏，所以就生不起大乘的菩提心。这就是共中、共下是发起菩提心前行的道理。

故于下士之时思惟自于诸恶趣中受苦道理，及于中士之时思惟善趣无寂静乐唯苦道理，次于亲属诸有情所比度自心而善修习，即是发生慈悲之因，菩提之心从此发生。

所以说，在下士修行的阶段，要思惟自己在各种恶趣里受苦的具体情况，在修中士道的时候要思惟不仅恶趣是苦，连善趣也毫无寂静之乐，唯一是苦性的道理。这样自身已经能够决定，在三有当中唯一是苦，其次就对于亲属乃至中庸品类、怨敌等一切有情处将心比心，善为修习，这就是发生大慈大悲的正因。由于有慈悲心要为一切众生拔苦与乐的缘故，就会激发出求证菩提的心。

故修共同中下心者，即是生起真菩提心所有方便，非是引导令趣余途。

所以修持共同的中、下的心或者意乐，就是生起上士真实菩提

心的方便，而不是引导学人趣于其它道途。

这样就明确了，我们为什么要在下士道里好好地修业果、修恶趣苦，在中士道里要善加修习苦谛集谛、十二缘起。并不是要引到其它的路上，而正是为着入上士门发菩提心作准备，就是说要进行培训。为了生起菩提心要有很多因缘配件，这些配件都已经做成了，合在一起就会出现菩提心，这些配件没做成，也没办法出现菩提心。所以为了能够引起大乘的意乐，那就要看到它由什么因缘生起，在这之前应该修习引生它的因素，这是非常符合次第的。

如是又于彼二时中，思惟归依及业果等，多门励力集福净罪，如其所应，即菩提心之前行、修治相续之方便——七支行愿及归依等。故应了知此等即是发心方便。

像这样再举一例，在修共下、共中两道的时候，有思惟归依和业果等的安排，又有从多方面励力地修集福德、净治罪障，这跟修上士的发心又有什么关系呢？这些同样是引发菩提心的前行。因为在发心以前，就如《入行论》所说，首先要修治相续，怎么修呢？就是要修习七支行愿和归依等。为了在发心的时候有效地生起这些部分，就要提前经过大量的心上的串习。因此在下、中两士里头是要修持归依、业果等，多方面努力地积福净罪。在正式发心的时候，前面有一段要净治相续。如果下面的基础已经打好了，相续中的罪障清除了，福德积好了，他就能趣入发心。所以能否发起菩提心还在于是否积聚了它的顺缘、清除了它的违缘，以及事先引起了归依

的誓愿等。这些合作起来，再配合发心仪轨，就能发起菩提心。如果前面没修好，那就很困难，就没办法引起具相的菩提心了。

这样才知道，我们在之前要去思惟归依、业果等，以及要开始着手于多门地积资净障，不是到后面才进行，这是什么原因？这是为着将来修发心的时候非常有能力。所以就是为入上士道的缘故，首先努力地在修集它的条件。

这样才知道，原来前面的这些修行全部都是引发菩提心的方便。这样才不会认为共下、共中的法道跟上士道无关，修不修都可以，或者认为要稍稍修一下，但可以快一点过去，没有把它当成是很重要的基本功，也因此在上士的修道里就出现根本不得力的情况。

真正要发起具量的菩提心是非常不容易的事情。阿底峡尊者依止金洲大师十多年修行两派发心的教授，所以真正修成圆具德相的菩提心是非常稀有的。他已经成为真实的菩萨了，他的一切所作所为都没有其它庸俗的想法，也没有小乘只求一己解脱的作意，念念为菩提，念念度众生。这样下至施一团之食也有量等虚空的福德，那是极其不可思议的。

此中下、中法类，即是发无上菩提心支分之道理，尊重亦当善为晓喻，弟子于此应获定解。

这里下士道和中士道法类就是发菩提心的支分因素的道理，师长也应当好好地解释清楚，修道次第的弟子在这上面要得到定解。

这十分关键，如果没有得到定解，就会轻视中、下的法类，认为与修上士无关。但其实对初学者来说，它是最极重要的。一切都是缘起法，当因缘已经会聚的时候，一刹那就能成功，因缘不聚会的时候，再怎么努力都是像在牛角上挤牛奶一样，肯定是劳而无功的。

智者就知道先正因地，他知道一定是以修因来感果，为了得果必须修因，所以他最重视的就是修因。愚者就只是妄想得果，但不修因，所以他终究是得不到想要的果。就好比你想读大学，但是要知道必须经过小学、中学才能够上去。所以从目前的情况来看，最重要的就是把当下的功课做好。对于这个缘起一定不能愚昧。

这样才知道，原来我做的这些全部是发菩提心的方便，这些修好了，一组装马上就发起菩提心来了。也就是首先要一部分一部分地练基本功，每一部分都要练习到位，到了念诵仪轨的时候每一步都能相应。现在很多人修发心仪轨没有什么效应，因为他没有基础，根本达不到这个量。就像体操运动员在平衡木上的表演就是翻转跳跃那么几个动作，但在练习的时候，每个动作都要分解开来达到它的基本要求。由于教练深谙此道，他知道每一个人都需要练习什么，这些条件都练习好了以后，就能够在平衡木上自在的舞蹈。

每次修时，当念此义——修菩提心发生支分极应爱重。若不尔者，则此诸道与上士道别别无关，乃至未至实上士道，于菩提心未得定解，而成此心发生障碍，或于此间失大利义，故于此事应殷重修。

每次修的时候就要想到这上面重要的规律，就是思维：目前我修的下士、中士法类它就是修菩提心的支分，所以我要极其地爱重它。有一种非常重视、珍爱的心。也因此对于目前修的从第一分开始都觉得这是非常好的法，非常重要，这就叫爱重。不是认为又给我传一个一年级的法，我怎么还修不到大法？这就是鄙视，不是爱重。如果没有发生爱重之心，那一定还有相当长的时间，也会在相当多的课程上，每一次还是不好过关。一般人显然没有耐心，会说：要熬到什么时候啊？他感觉这些道跟修上士道没有什么关系，与其如此，我不如直取上士的大法，何必在这下面逗留这么久呢？这样在还没有到真实的上士道以前，因为对于菩提心没有得到定解，那就成了发生这个心的严重障碍，或者在这个期间他会失去大义利。

另一种偏差就是这个人不知道现在修的下士、中士法与上士道之间的关系。两种偏差一种就是不要基础直接修上士道，结果修不上去。一种只是逗留在下面，他不知道导归上士道，结果就只是求自己的解脱，或者只修一个增上生。这个时候他的志愿偏在了自利上，这也障碍发生菩提心，等等。因此，对于共下士和中士的法类是发心支分的道理应当殷重修持。

思维心中的法道

1、逐一思维共下士和共中士法道当中的业果、苦、七支行愿、归依，这几种法与发菩提心之间有什么样紧密的联系。并以此理断定共下共中二道是上士道发起的前行。

如是修习中、下之道，及善修习如上士时所说道已，于相续中，随力令生真菩提心。次为此心极坚固故，应以不共归依为先而受愿轨，由愿仪轨正受持已，于诸学处应励力学。次应多修欲学之心，谓欲学习六度四摄菩萨行等，若由至心起欲学已，定受行心清净律仪。

这是讲到上士道的正式修行。

像这样首先修习中、下两道和善为修习上士时所说的发心之道——七因果、自他相换等，在相续中随力生起真实菩提心。然后为了使这个心极其坚固，应当以不共大乘归依为先行，再受持愿心仪轨。真实受持愿心仪轨以后，应当对愿心的学处励力修学。接下来就应当多修欲学六度四摄等菩萨行的意乐。在已经至心发起了欲求以后，就决定受持行心的清净仪轨。

这样讲到了受菩萨律仪的次第，就是首先要引起真实菩提心，接着为了让这个心极其坚固，先要做大乘的不共归依，然后受愿心戒。在受愿心戒的时候，要专门在愿心的学处上努力修学，经过了这个阶段以后，还要发一个欲学菩萨行的意乐。在心理上经过了这样的锻炼，已经生起了至心想学的意乐，再去受行心仪轨。按这个修轨来那就非常地稳当。

次应舍命莫令根本罪犯染著，余中、下缠及诸恶作亦应励力莫令有染；设若有犯，亦应由于如所宣说出犯门中善为净治。次应总学六到彼岸。

在受持行心戒以后应当宁可舍命也不让根本罪犯染著自心，其余的中下缠和各种恶作罪也应当励力不要使它染污自心。假使有违犯，应当按照所宣说的出犯门或除罪仪轨来善加净治。然后应当总的学习六度学处。

在六度里应当特别学习止观。

特为令心于善所缘堪能随欲而安住故，应善学习止体静虑。《道炬论》说为发通故修奢摩他者，仅是一例，觉沃于余处亦说为发毗钵舍那，故为生观亦应修止。次为断执二我缚故，以见决定无我空义。次应将护无谬修法，成办慧体毗钵舍那。

特别是为了让心在善所缘上堪能随欲而安住的缘故，应当善巧学习以寂止为体性的静虑度。为什么要学习静虑呢？虽然《道炬论》里面说了为了发神通的缘故修奢摩他，但这也只是一个方面的作用，因为觉沃在其他地方也说到，为了引生胜观，也应当修习寂止。如果就次第的止观而言，止在前，观在后，以寂止能发胜观，所以首先要修习寂止。换句话说，如果心能够达到住于一缘而不散乱，在这个寂止里就可以引起胜观。

为什么要修胜观呢？这是为了断除执著二我的系缚，必须要见到二我本来没有的空义，因此要由修习见到无我。接着应当护持无谬的修法来成办以智慧为体性的毗婆舍那。到此为止已经宣说了上士道显教部分的修学次第。

接着说三士道可以摄在成办三学和二资粮里。真正通过了三士

道的修行，也就成办了戒定慧三学或者修习了福慧二种资粮。换个说法，三士道是已经次第井然地标明了如何修戒、修定、修慧的法轨，或者是如何成办福德资粮和智慧资粮的法轨。如果没有三士道，光是口头的三学、二资也只是流于空谈。有了三士道，三学、二资都在里面，你只要按照三士道一分一分地实际修证，这样戒学也出现，定学也出现，慧学也出现，福德资粮广大无缺，智慧资粮也都圆满具备，这样就能够越过诸佛的功德大海，而成就无上的菩提。

前面在讲阿底峡尊者的传记时，也知道尊者具足了教功德、证功德。而证功德就摄在成就三学宝当中，他所演说的道次第无非就是让学人也如是完成。真正按照这条修行轨道上去，人人都可以成就同样的三学、二资乃至无上菩提。所以这就是一个完成无上佛道的胜妙法轨，它能以一摄无量，全部都包含在这里。因此噶当派赞叹《道炬论》说：在南瞻部洲找不到超过它的一函经典。

如《道炬释》说：除修止观，学习律仪学处以下，是为戒学；奢摩他者，是三摩地或为心学；毗婆舍那，是为慧学。

就像《道炬论释》里所说：除了修止观以外，学习菩萨律仪学处以下的所有部分都属于戒学。所以从修好暇满、发起取心要欲以后，逐次地修无常、三恶趣苦等等，一直到受行心律仪，整个的这一套叫做戒学。它是以因果为纲骨，所以整个下面的修学关键是要先引起缘起正见，之后从粗细分一路进去，越是深达缘起，引起了胜解，越是明了自心上如何除过引德，这就是持戒。

譬如了达了业果，就是明确了善恶因果律，这时受持十善业的戒，属于人天的戒。也就是励力地在身口意三门上去掉一切非福业，发起一切善业，之后再发展出离心。这时更加清楚地观照到了染、净两重因果。他知道是怎么样由我执起烦恼造业而堕入生死的，所以他持戒的精神是以出离心摄持，避免一切流入生死的因素。所以这个时候要行持头陀行，要受持圆满的别解脱戒，关键就是以别解脱戒的猛利衔管制身心。在造成轮回的集——烦恼和业两分当中烦恼是根本，所以一切处都要对治烦恼。这样守持一个解脱道的戒行就成为出世间的小乘戒。

之后还要进一步升华到菩萨的戒行，那就是更深地看到了成佛的缘起必须得受持菩萨戒，它是以菩提心为正因的，所以关键就是要护持菩提心。菩提心有两分，为利有情、愿成佛，因此不能舍弃众生，也不能舍弃求果的心。诸如此类，就会知道它的缘起所在。在愿心以后就要出现行心，这个是真正要实行六波罗蜜多道的誓愿，因此他的心要趣入到六度之行里，由此才能成佛。这都必须要除掉其它的心态，包括求生死乐的心和只为一己求解脱的心，而且要引出菩提的誓愿而实行。这样的除过引德就是戒学的精神。

所以在止观以前，如果修心完成得很好，就表示有了大乘的戒学功德。有这个基础就可以修定开慧，没这个基础，就没办法得到大乘的定慧功德。所以在具足了前面的修行以后，就转入到奢摩他和毗婆舍那的修学，分别对应着心学和慧学。

复次奢摩他下是方便分福德资粮，依世俗谛所有之道广大道次；

发起三种殊胜慧者，是般若分智慧资粮，依胜义谛甚深道次。应于此等次第决定、数量决定，智慧方便仅以一分不成菩提，发大定解。

再者奢摩他以下的修心都是集方便分的福德资粮，属于依世俗谛的广大道次。我们已经讲过，它是唯一建立在缘起正见上，世俗谛上就是以这样的意乐和行为就感召这样的果，丝毫不爽，缘起遍在一切差别法里，所以它叫广大道次。在这种修心上，下至于丝毫都存在着一种取舍，都必须让心符合到安乐的正道上。如果在这上面堕在一种庸俗的无想、不做当中，那就修不到了。方便分的福德资粮无法广大地展开，完全被束在这样一种愚蒙当中。但实际上，真正开启了这样一个广大道次的门以后，你才知道这里的任何时、任何处、任何点上面都要求心符合法道。在心上一直要顺着缘起的道进行，这样就出现了无边的福德资粮。这一切都是有利自他的，都是有助于显发佛性的，所以它叫福德。

接着就要发起三种殊胜慧，通达胜义慧、通达世俗慧、通达饶益有情慧。这就属于般若分的智慧资粮，它是依胜义谛的甚深道次。总的说来甚深道次就是由于要通达的是一种超越分别心行境的真如空性，而这个空性是一味的，任何处都是平等无二的，是唯证方知的，分别心测度不了，所以叫甚深。

应当对于这广大、甚深的两种道的次第决定以及数量决定，每一分都发起大的定解。再就总体来说，智慧和方便单单以一分不成菩提，要发起大定解。这样行人就走入了完备的、深广二道圆融的道轨里了，就不会出现偏于一分，或者处在一种无序随意而为的混

乱修法里面。毕竟这是一条非常甚深广大的道，而且基于缘起上的理则，它有一步一步有条不紊的进展过程。对于这整个的路线必须得事先决定好，然后趣入这样的道轨修心，最终才会圆满地实现福慧两种资粮而成就菩提。如果没有顺着这样的轨道，而是凭着自己主观的想法编造一套修心方法，那往往都是非常地混乱、颠倒，这样会发生很大的问题。连成办一个世间法都必须得顺着正确方法来进行，所以必须要以理智来驾御自己的心，不能够偏离真理之道。

修道次第的人必须要有这种素质，为了具备这样的素质首先一定要对于道轨发起大定解，这样才能够从始至终完全如理如法地进行。

由如是理，欲过诸佛功德大海，佛子鹅王是由双展，广大方便圆满无缺世俗谛翅，善达二种无我真实胜义谛翅，乃能超过。非是仅取道中一分，如折翅鸟所能飞越。

基于这样的道的决定轨理，想要度过诸佛的功德大海，佛子鹅王就应当双展广大方便圆满无缺的世俗谛的翅膀和善达二无我真实胜义谛的翅膀才能超过。如果只是取道中的一分，或者只执取方便分或者只取般若分，那就像折断了一个翅膀的鸟没办法飞行那样。所以必须要福慧双修，要方便分和般若分双运，或者广大道次和甚深道次双运，这样才能够圆满地成佛。所以在修道以前，对于整个的道轨发生认知是至关重要的。

如《入中论》云：“真俗白广翅圆满，鹅王列众生鹅前，承善风力而超过，诸佛德海第一岸。”

如同《入中论》所说，依于胜义谛和世俗谛的洁白广大的圆满双翼，鹅王菩萨引导众生群鹅借着往昔所修善根的风的势力，超过诸佛的功德大海而到达佛地。

总的这里所说的，真正要完全圆满断证而成佛，必须要借助甚深和广大的两种道次第修心，才能完成方便分的福德资粮和般若分的智慧资粮。如果只单修一分，那就像只有一个轮子的车无法行进那样。

以上波罗蜜多大乘道次第引导的因相宣说完毕。

如是以诸共道净相续已，决定应须趣入密咒，以若入密速能圆满二资粮故。

像这样以诸多的共道（共下士道、共中士道、共显教波罗蜜多乘道）净治相续之后，决定应须趣入密咒金刚乘，原因是：如果入密，速能圆满福慧二种资粮的缘故。也就是既然已经发起了大菩提心，愿速成佛道，普度众生，就要修习能快速圆满二资粮而成佛的金刚乘道。

设若过此非所能堪，或由种性功能羸劣不乐趣者，则应唯将此道次第渐次增广。

假使超过波罗蜜多乘的法不是学人的能力所及，或者由于种性的功能羸劣不欢喜趣入，那就应当唯一把波罗蜜多道的次第渐次地增广，尽量地修学。

若入密咒者，则依知识法胜出前者，依咒所说应当随行，以总一切乘，特密咒中珍重宣说故。次以根源清净续部所出灌顶，成熟身心。

如果入了真言密乘，那依止上师的法类要比显教要求更高，应当按照密咒所说随顺行持，这是因为总的一切乘当中，特别是密咒乘里珍重宣说的缘故。之后以根源清净的续部所出的灌顶成熟身心。

尔时所得一切三昧耶及律仪，应宁舍命如理护持。特若受其根本罪染，虽可重受，然相续已坏，功德难生，故应励力，莫令根本罪犯染者，又应励防诸支罪染。设受染者亦应悔除防止令净，以三昧耶及诸律仪是道本故。

尔时所得到的一切三昧耶和律仪，宁可舍命也要如理护持。特别是如果被根本罪染污，虽然可以重新受戒，但是相续已坏，功德难以生起。所以要十分地努力，不要让根本罪犯染污相续。而且应当努力地防护各种支分罪染，假使受到染污，也应当悔除、防止使得它得以清净，因为三昧耶和律仪是密道根本的缘故。

次于续部，若是下部有相瑜伽，若是上部生次瑜伽，随其一种善导修学。此坚固已，若是下部无相瑜伽，或是上部满次瑜伽，随于其一应善修学。

然后对于续部或者是下部的有相瑜伽或者是上部的生起次第瑜伽，随便是哪一种，要善加引导而修学。等到这些修学坚固以后，或者是下部的无相瑜伽，或者是上部的圆满次第瑜伽，也应当随其一种善巧地修学。

《道炬论》说如是建立道之正体，故道次第亦如是导。

因为《道炬论》就是像这样建立整个菩提道小、大、显、密成佛之道的正体，也就是它的完整的修证体系，所以道次第也就是按照《道炬论》所说来作引导。

大觉沃师于余论中，亦尝宣说，《摄修大乘道方便论》云："欲得不思议，胜无上菩提，赖修菩提故，乐修为心要。已得极难得，圆满暇满身，后极难获故，勤修令不空。"

阿底峡尊者在其它论中也曾宣说，《摄修大乘道方便论》里说：要想得到不可思议的殊胜的无上菩提，依赖于修菩提缘故，所以乐欲修习是它的心要。对于想获得大菩提果的人来说，一定依赖于修，而修一定依赖于欲，因此发起摄取菩提大义的欲是心要。

总之，所谓“修暇满取心要欲”要落在取大乘佛果的欲上。已经得到了极难得的具足暇满的人身宝，后来极难再得到的缘故，在此生要勤修大乘法，使它不空过。

又云：“如犯从牢狱，若有能逃时，与余事非等，速从彼处逃。此大生死海，若有能度时，与余事非等，应当出有宅。”

又说到要具足出离心，就像囚犯呆在监狱里，如果有能逃脱的机会，那是其它事不能等同的，他一定会放下其他的一切事务，迅速地逃出去，也就是会把逃出监狱作为头等大事。同样，我们处在生死的大苦海里，如果有度脱的机会，那么其它的事一定与此无法相提并论，一定是放下万缘迅速地出离三有的火宅。因此对于修道者来说，是把求解脱放在第一位的，有机会时必然会把握住而不可能放弃。

又云：“归依增上戒，及任愿根本，应受菩萨律，渐随力如理，修行六度等，菩萨一切行。”

进而应当趣入菩萨乘的修行，也就是在受持了大乘不共的归依，而且具足了出离心所摄的增上戒，特别而言就是发起了愿菩提心，安住愿心的根本学处，然后应当受持菩萨律仪，渐次地随自己的力量如理修习六度等一切菩萨行。

又云：“方便慧心要，修止观瑜伽。”

在六度等的学处里方便和智慧的心要就是止观瑜伽，因此应当着重修习。

《定资粮品》亦云：“先固悲力生，正等菩提心，不著有报乐，背弃诸摄持。圆满信等财，敬师等于佛，具师教律仪，善勤于修习。”

又在《定资粮品》中说到：在修成了共下、共中两种道以后，首先是坚固由悲力所生的菩提心，不著三有的异熟果报，背弃各种财物等的摄持，修习布施等六度。之后圆满了信心、多闻等的圣者七财，恭敬上师等同佛陀，具足亲近师长的意乐和加行，又具足上师所传的律仪，非常贤善地精勤修习。

“瓶密诸灌顶，由尊重恩得，行者身语心，清净成就器。由圆满定支，所生资粮故，速当得成就，是住密咒规。”

再次由上师的恩德得到了瓶密等的灌顶，清净了行者身语意的障碍，成就了法器。由于圆满了生圆次第三摩地所生的福慧资粮的缘故，就能即生速疾成就金刚持果位，这就是安住密咒金刚乘的法规。

第二，所为义者。

“所为”是指设立三士道的用意。为什么要这样施设呢？必定有它的用意。

若中、下士诸法品类悉是上士前加行者，作为上士道次足矣，何须别立共中、下士道次名耶？

有人问：如果中士和下士的诸法品类都是上士道的引发前行，那就作为上士道的次第就可以了，何必另外安立共中士、共下士道次第的名字呢？因为本来就是上士道体系里的内容，是属于它的前面部分，那就直接说一个上士道就可以了，又安立共中士道和共下士道不是多此一举吗？反而搞得很乱。

别分三士而引导者，有二大义。

特别地开为三士而引导，有两种大的用意：一个是摧伏我慢，第二个是普益上中下三根。

一为摧伏增上我慢，谓尚未起共同中下士夫之心，即便自许我是大士。

第一个用意就是为了摧伏增上慢心，就是一类人还没有生起共同的中、下士夫的心，就自许我是大士，这叫做增上慢。自身没达到这个量，却妄言已经达到了，这就是慢。

意思是，很多人连共下士希求后世的意乐以及共中士希求解脱的意乐都是丝毫没有，却自许“我已经具足了菩提心”，那当然就叫增上慢心。这样摧伏以后，学人就能知道自己所处的地位，也能脚踏实地的首先修好共下士和共中士的心，有了这样的心，才能升华成上士的心。

二为广益上中下心。广饶益之理者，谓上二士夫亦须希求得增上生及其解脱，故于所导上、中二类补特伽罗，教令修习此二意乐，无有过失，起功能故。

第二个大的用意就是要普遍地饶益上中下三种根机的心。所谓广饶益的道理，指中、上两种士夫也需要得到增上生和解脱，所以对于所导引的上、中两种人，教他修习这两种意乐，是没有过失的，而且能起修大乘道功能的缘故。

所谓的广饶益要分成如何饶益上两种士夫和如何饶益下品士夫来抉择。这又要分开来解释，对于上士来说，在他没有成佛以前，不仅要希求得到佛果，而且还要希求得到增上生善趣和解脱的果利，所以对他来说，也要修习这两种意乐，这是没有过失的。而且他修了这两种意乐能够生起功德，成为修大乘道的助缘，这样修共下、共中实际饶益了上品的修者。

成佛是一个终极目标，在没有得解脱以前，还有一个要得增上生的问题，还是必须要先以获得增上生作为条件，在途中还有得解脱的利益，这些都是要希求的。

对于中士来说，他只希求解脱，但其实还是需要修习共下士道，因为在没得解脱以前，还是要先获得增上生作为修行的所依，因此他也要有希求得增上生的心。

若是下品补特伽罗，虽令修上，既不能发上品意乐，又弃下品，俱无成故。

对于下品的士夫，即使让他修上士道，他也发不起上品的意乐，这个时候如果又舍弃了下品，那就一事无成，在修道上是完全落空了。所以，法不相宜就不得利益。

对于下品士夫来说，他的着重点应当首先从下士开始，应当在下士道上花大功夫来修习。因为他的根器还不够，这种情况不能冒然去修上士，因为起不来上品的意乐，必须填充基础。就好比还不够上大学的资格，应该首先学好小学，如果他放弃了小学直接去读大学，那就什么也学不到，法不相应就基本上空无所得。

所以人都是要自审根器，知道自己的脚根踏在什么地位，也要知道可怜自己。上等的即便暂时修不到，也要修好下等。而且由不断地修好下等，逐渐也能达到上等。最怕的就是高不成低不就。

复次为具上善根者，开示共道令其修习，此诸功德或先已生若先未生，速当生起。若生下下可导上上，故于自道非为迂缓。

有些人认为，如果让上等根器者修共下、共中士的法类恐怕会

耽误了他。其实给具有上等善根的人开示这些共道让他修习，对他来说，这些功德或者是以前已经生过，或者是没生过，但由于他的善根深厚，所以都能快速地生起。这样有了下下的功德就能导入上上，所以就成为直接入上上的顺缘，对于他自己的行道并不是迂曲缓慢的。

对于他来说，首先要经历一次，然后在这上面会非常快地发生功德，这样一来，他就成为入上上的厚实的基础，所以一碰到上上的道就能很快地升华，很快地趣入。所谓“磨刀不误砍柴工”，不要以为磨刀浪费很多时间，我们应当先砍柴，但其实刀磨得很锐利，砍柴就更加高效、迅速。下、中两道就好比是磨刀。

接着引一些圣教来证明必须依次第引导修心的道理。这个也是学人身份上必须要了解的，不然紊乱次第，往往导致非常大的错乱。或者久修无效，徒丧光阴，这都是学人不明白修心次第的缘故。

须以次第引导心者，《陀罗尼自在王请问经》中，以黠慧宝师渐磨摩尼法喻合说，恐文太繁，故不多录。

必须以次第来引导修心的根据，在《陀罗尼自在王经》里以黠慧的摩尼宝师，渐次地擦拭摩尼宝去除垢尘的譬喻，结合法而宣说，就是在指示要次第修心的道理。也就是他一道道地利用对治法渐次地去除了粗垢、细垢、极细垢，这就表示有它必然的次第。

我们首先需要深入观察，是不是样样事情都必然要依着它的次第来进行。在深入观察以后，确实心里认定是这么个道理。连一件

小事上都是如此，比如做木匠，他首先有个规划，然后他就按照这个来取材，取了材他首先做好各种的规格，多少料，打好眼等等，这些部件全部都弄好了，然后组装，组装好了再装修等等，那是有它必然的工序的，一错乱了就没办法进行。到哪一阶段该做什么事，都是有它的次第的。又像种子生长成熟，也是一阶段一阶段逐步进行的。在任何的缘起事件上观察都是如此。

龙猛依怙亦云："先增上生法，决定胜后起，以得增上生，渐得决定胜。"此说增上生道及决定胜道次第引导。

龙猛菩萨在《宝鬘论》里也说：首先要修增上生的法，也就是要垫好人天善行的基础，这是粗分的法类，之后才能发起成办决定胜的妙法。是什么缘故呢？因为得了增上生之后，渐次就能得到决定胜。

我们常常说修习佛道必须要有深厚的人天善行的基础，就是这个道理。你先把人做好了，然后又有天的博爱善行，这个时候人的心已经调整到很好的地步，然后再趣向出世间的道就很快能成就。很多人之所以不成就，是因为没有做人的基础，所以他在遇到很大的法道时，只是有一种了解，心没办法趣入，由于更上的道更细、更广、更深的缘故。这样的话，显然连粗分的事都做不到，怎么能做细分的事呢？连一种很狭小范围里的事都无法展开，怎么能拓展到广大无边的地步呢？连一种面前的事都不能体会，那么甚深的理性上的事如何能体会？

这都是从真实的修心来说，如果只是谈论知识学术，那只要分别心发达，而且有一些记忆、罗列整理等的能力，他就可以作出一篇文章，但是这跟修心完全是两码事。就像我们很快就能谈到菩提心怎么修，几句话几分钟就能背得很熟，但这其实是鹦鹉学舌，因为你连基本的善心都没有，哪里有具德相的菩提心呢？

根据这一颂圣言就知道，以增上生和决定胜两种道的次第来引导修心有它决定的道理。这上面最好能看到它是周遍的，任何的教授法都是如此，细至世间的一些小技艺的教导都是这样的。譬如打字、唱歌、弹钢琴或者学数学，整个它的教学施设都是顺着它的教育规律来进行，不能错乱。所以这才有所谓的幼儿教育、青少年教育、成年教育等等。一错乱了就根本无效，就为识者所笑。譬如不懂这个次第的父母，教刚刚会说话的孩子学习“相对论”，这个孩子肯定是学不会的。

圣者无著亦云：“又诸菩萨为令渐次集善品故，于诸有情先审观察。知劣慧者，为说浅法，随转粗近教授教诫；知中慧者，为说中法，随转处中教授教诫；知广慧者，为说深法，随转幽微教授教诫。是名菩萨于诸有情次第利行。”

圣者无著也说到了这个由浅至深的传法原理。这些都是必须要对有情先审细地观察，知道他的根性以后，传以相应的法。“法不当机等于闲言语”，众生的心有个成熟的过程，这个不能谬然乱传，不然心不堪能传了也无效。所以古人说“失人失时”就是这个道理，

也就是法不当机的意思。

菩萨首先是要做观察，但现在的人都盲目的说“这个是最好的，我要”，现代人的心里话就是这样，只要是最好的，我就得要。连基本的自知之明都没有。其实真要对自己好，就要自审根器，看看属于哪一类，首先要在相应的那个法上着力地修习。这个上面不能同等对待，狮子跟兔子还是两样的，兔子很弱小这是肯定的，它的力量不具足，所以首先要培养它的力量。当然并非永远是兔子，意思是说要明白自己处在什么地位，抓住当前能做到的先做起来，能体会到的先要入手。

菩萨作为一个教导者，必然要观察根机，他要了解眼前的这个人是什么程度。如果他是一个劣慧的人，就讲一些浅显的法，随转粗近的教授教诫；知道他属于中慧者，就给他说中等的法，随转处在中等层次的教授教诫；如果知道他是个广慧者，那就给他说深法，随转幽微的教授教诫。这样子叫做菩萨对于有情次第地来作利益他的法行。这里也标了“次第”二字。

圣天亦于《摄行炬论》成立，先须修习到彼岸乘意乐，次趣密咒渐次道理。摄此义云：“诸初业有情，转趣于胜义，正等觉说此，方便如梯级。”

圣天也在《摄行炬论》里成立，先要修到彼岸乘的意乐——愿行菩提心，之后就要趣入真言密乘，它有一个渐次进修的轨理。总摄这个意义说到：初发业的有情要转趣于胜义圆满次第，佛说能逐

渐地引导他的心上进、最终能够趣入胜义的，就是要像搭梯子一样建立各种方便。

这个譬喻就很好，因为他不能一下子达到那个高度，为了接引他，就得牵就他目前的程度，要符顺机宜，架一级阶梯让他上进一步。以后就按这种方式再逐步地引导他上进，逐渐地就能够入到胜义的修持当中。

“转趣”就是不断地运转、上进，螺旋式的上升。为了达到这样一个方便生的胜义，下面架很多方便的梯阶。

《四百论》中亦说道次极为决定：“先遮止非福，中间破除我，后断一切见，若知为善巧。”此说道有决定次第。

《四百论》里也说到道的次第是极其决定的，它也分为三分，对应下中上三级的修心次第。首先要遮止掉非福业，这就是下士的修法。在明见了因果法则以后，知道凡是非福德的行为都应该停止。因为如果非福业没有被遮掉，心就完全处在恶性业力的乱动当中，连起码的身心安宁都没有，哪里能修出世间的道？根本不能相应。所以必须首先要改恶向善，使自己的心变得没有什么恶心恶行，所作的都是福德的行为，这时才是堪能往上修的法器。

中间要修出世间的道，首先要破除人我执。这里人我执代表惑业集的根本，等他的身心安稳以后才能相合到戒定慧。戒定慧的修持，重点就是要破掉我执。最后要断一切见，这是指法无我的修持，也就是要除掉一切的戏论见、除掉一切有所著的见，认为有此有彼

的见全部都要消除，修的就是一切无著。既然没有什么法，住在什么上啊？能够认识这样转入的次第，那就是善巧者。这也说到道有决定的次第。

敬母善巧阿阇黎亦云："如净衣染色，先以施等语，善法动其心，次令修诸法。"

敬母阿阇黎也说到：就像要在干净的衣服上才能染色那样，你的衣服脏了，就根本染不上色，衣服洗得干干净净，无论染什么都能成为庄严。这就是说，首先要以布施等的善法来动学人的心，也就是他的心里首先要把恶业的垢秽全部清除出去，修整成一个洁白的心地，在这上面才能够赋予出世间妙法的色彩，才能成就出世间的功德，这以后就让他修诸法实相。

这也是跟本论的修轨对应。通过共下、共中的修心，先去掉非福业，然后遮止内心的烦恼、有漏业等等，这样心上的污点已经净除了，然后再修微妙的胜义法，就很快能现出法的证德。这也是必须首先具有共下、共中的修心除过引德的基础，也就是通过这两分的修持，你确实已经改好了，心上的那些障垢都已经去除了，然后那就是一个很贤善的心、洁白的心。这样再来修上乘的法就能够相应。否则，只是停留于口头上的谈说，它是毕竟难以相应的。

月称大阿阇黎亦引此教为所根据，成立道之次第决定。

月称阿阇黎在《四百论广释》里也引这段教言作为根据，成立道的次第决定。

现见于道引导次第，诸修行者极应珍贵，故于此理，应当获得坚固定解。

现在已经见到了在菩提道上如何引导自心修行的次第，诸修行者应当极其地珍爱。就是要把这样的轨理视为珍宝，视为一张能够到达菩提果地的极其珍贵的地图。这个珍爱就是每天都循着这个路线去走，它是命根子。如果没有了它，你就处在一种盲目的行境或者紊乱的行境当中，那对于整个的修道来说，是一种最大的妨害。所以对于一个要走远路的人来说，他最珍爱的是这张地图。地图一没了，那是非常危险，他就不知道要怎么走，所以时时放在最保险的地方，而且每一次都要依照这个路线来行走，这叫珍爱。

所以，对这样一个三士道修心的轨理应当获得坚固定解，这是你起步之前最重要的事。就像人首先行路之前最重要的就是看清地图，确定路线，之后就直接按照这一条修轨去走，不作任何变动。不然你首先没得定解，走到路途中又怀疑，又改变主意，这就永远走不成。

传承上师也说到，现见到这个道的次第极其重要，因为如果错乱了道的次第，即使你再精进，也没办法引生真实的道，或者会趣入到相似道里，产生错乱，这样就会无意义地浪费时间。相反，如果你能够遵循道次第而不错乱，那不论修什么法，都能够切中关要，

能迅速地生起任何一种道，而且依靠下下道的功德，上上道也很容易快速生起。

总的以理成立了求解脱者必须依照道的次第修心，因为任何果的产生都依靠它的因，而且已经作了前前的因，必定会生后后的果，这是法尔定规的缘故，如同净治摩尼宝、养育孩子等一样。

思惟心中的法道

1、《道炬论》中是如何以显教共道和密咒道来建立上士道的修持次第的？二类教法分别是如何引导学人修持？

2、思维设立三士道而引导的两种用意。再带入不同根机的有情，观察这样的设立是否能达到这个目的。